



HORAIRE HIVER 2025



À COMPTER DU 6 JANVIER 2025

LUNDI

17 :30 à 18 :00	Ninjas (3-4-5 ans)
18 :15 à 19 :00	Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
19 :00 à 19 :45	Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)
19 :45 à 20 :30	Club Des Maîtres (Ceintures noires et +)
20 :30 à 21 :15	Kickboxing (Toutes ceintures 13 ans et +)

MARDI

17 :30 à 18 :00	Ninjas (3-4-5 ans)
18 :15 à 18 :45	Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
18 :45 à 19 :30	Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
19 :30 à 20 :15	Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)
20 :15 à 21 :00	Ados/Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)



MERCREDI

17 :30 à 18 :00	Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
18 :15 à 18 :45	Ninjas (3-4-5 ans)
18 :45 à 19 :30	Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)
19 :30 à 20 :15	Ados/Adultes avancés (Ceintures Jaune-Orange et + 13 ans et +)
20 :15 à 21 :00	Kickboxing (Toutes ceintures 13 ans et +)

JEUDI

17 :30 à 18 :00	Ninjas (3-4-5 ans)
18 :15 à 18 :45	Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
18 :45 à 19 :30	Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
19 :30 à 20 :15	Club Des Maîtres (Ceintures noires et +)
20 :15 à 21 :00	Ados/Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)

SAMEDI

8 :30 à 9 :00	Super-Héros (22 à 44 mois) - (Du 18 janvier au 5 avril)
9 :15 à 9 :45	Ninjas (3-4-5 ans)
10 :00 à 10 :30	Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
10 :35 à 11 :20	Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
11 :25 à 12 :10	Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)
12 :15 à 12 :45	Combats Karaté (Enfants et adultes)
12 :45 à 13 :30	Ados/Adultes (Toutes ceintures)
13 :30 à 14 :15	Famille (parent-enfants, toutes ceintures) - Grande Salle
13 :30 à 14 :15	Club Des Maîtres (Ceintures noires et +) - Petite Salle



info@karatemont-st-hilaire.com



514-709-8299



@karatesportifmsh



Karaté Sportif Mont-Saint-Hilaire