

KARATÉ SPORTIF DUVERNAY

Automne 2025 | 514-557-6228 | 2495 BOUL. ST-MARTIN EST

LUNDI

18 : 00 - 18 : 30	Évolution	Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)
18 : 15 - 19 : 00	CX ET CCN – SALLE 1	Verte & + (6-12 ans)
18 : 45 - 19 : 30	Club Des Maîtres – SALLE 2	Noire (Tous âges)
19 : 30 - 20 : 15	Kickboxing	Toutes ceintures (13 ans et +)
20 : 15 - 21 : 00	Ados-Adultes (Karaté)	Toutes ceintures (13 ans et +)

MARDI

17 : 15 - 17 : 45	Ninja	(4-5 ans)
17 : 45 - 18 : 15	Apprenti	Blanche à Jaune (6-12 ans)
18 : 15 - 19 : 00	CX/CCN : Combat (Enfants)	Verte & + (6-12 ans)
19 : 00 - 19 : 45	Club Des Maîtres	Noire (Tous âges)
19 : 45 - 20 : 30	Ados-Adultes (Karaté)	Toutes ceintures (13 ans et +)
20 : 30 - 21 : 00	Combat (adulte/Kickboxing)	Verte & + (13 ans et +)

JEUDI

17 : 15 - 17 : 45	Ninja	(4-5 ans)
17 : 45 - 18 : 15	Apprenti	Blanche à Jaune (6-12 ans)
18 : 15 - 18 : 45	Évolution	Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)
18 : 45 - 19 : 30	CX/CCN	Verte & + (Tous âges)
19 : 30 - 20 : 15	Ados-Adultes (Karaté)	Toutes ceintures (13 ans et +)
20 : 15 - 21 : 00	Kickboxing	Toutes ceintures (13 ans et +)

SAMEDI

8 : 30 - 9 : 00	Super-Héros	(22 à 42 mois)
9 : 10 - 9 : 40	Ninja	(4-5 ans)
9 : 45 - 10 : 15	Apprenti	Blanche à Jaune (6-12 ans)
10 : 15 - 10 : 45	Évolution	Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)
10 : 45 - 11 : 30	CX/CCN : Thématique	Verte & + (6-12 ans)
11 : 30 - 12 : 15	Club Des Maîtres	Noire (Tous âges)

DIMANCHE

9 : 00 - 9 : 30	Ninja	(4-5 ans)
9 : 30 - 10 : 00	Apprenti	Blanche à Jaune (6-12 ans)
10 : 00 - 10 : 30	Évolution	Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)
10 : 30 - 11 : 15	CX/CCN	Verte & + (6-12 ans)
11 : 15 - 12 : 00	Famille (Parents-Enfants)	Toutes ceintures (Tous âges)

3 succursales pour mieux vous servir dans notre réseau:
Informez-vous sur les horaires de **St-François** et **Mirabel** afin
de **varier vos visites** et profiter pleinement de nos services.