

KARATÉ SPORTIF DUVERNAY

HIVER 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 2	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 : 20 - 17 : 50	Ninja	(4-5 ans)
18 : 00 - 18 : 30	Apprenti	Blanche à Jaune (6-12 ans)
18 : 30 - 19 : 15	CX/CCN: Thématique	Verte & + (Tous âges)
19 : 15 - 20 : 00	Club Des Maîtres	Noire (Tous âges)
20 : 00 - 20 : 45	Ados-Adultes (Karaté)	Toutes ceintures (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 (Enfants)	Verte & + (6-12 ans)
19 : 00 - 19 : 30	CX/CCN : Combat (ADULTES)	Verte & + (13 ans et +)
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 : 50 - 10 : 20	Apprenti	Blanche à Jaune (6-12 ans)
10 : 30 - 11 : 00	Évolution	Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)
11 : 00 - 11 : 45	CX/CCN : Combat (Enfants)	Verte & + (6-12 ans)
11 : 45 - 12 : 30	Club Des Maîtres	Noire (Tous âges)

DIMANCHE

8 : 50 - 9 : 20	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	Club Excellence & Club Ceinture Noire	Verte & + (6-12 ans)
11 : 15 - 12 : 00	Famille (Parents-Enfants)	Toutes ceintures (Tous âges)