

KARATÉ SPORTIF ST-FRANCOIS

DÈS JANVIER 2026

514-503-7993 | 8028 MARCEL-VILLENEUVE



LUNDI

18 : 00 - 18 : 30 Évolution

18 : 30 - 19 : 15 CX

19 : 15 - 20 : 00 CCN

Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)

Verte & + (Tous âges)

Bleue & + (Tous âges)

MARDI

17 : 20 - 17 : 50 Ninja

17 : 50 - 18 : 20 Apprenti

18 : 20 - 18 : 50 Évolution

18 : 50 - 19 : 30 CX, CCN

19 : 30 - 20 : 15 CDM

20 : 15 - 21 : 00 Ados-Adultes (Karaté)

(4-5 ans)

Blanche à Jaune (6-12 ans)

Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)

Verte & + (Tous âges)

NOIRE & + (Tous âges)

Toutes ceintures (13 ans et +)

MERCREDI

17 : 45 - 18 : 15 Apprenti

18 : 15 - 18 : 45 CX

18 : 45 - 19 : 15 CCN

19 : 15 - 20 : 00 CDM

20 : 00 - 20 : 45 Ados-Adultes (Karaté)

Blanche à Jaune (6-12 ans)

Verte & + (Tous âges)

Bleue & + (Tous âges)

NOIRE & + (Tous âges)

Toutes ceintures (13 ans et +)

JEUDI

17 : 20 - 17 : 50 Ninja

17 : 50 - 18 : 20 Apprenti

18 : 20 - 18 : 50 Évolution

18 : 55 - 19 : 25 Combats – CX

19 : 30 - 20 : 00 Combats – CCN/CDM

20 : 00 - 20 : 45 Ados-Adultes (Karaté)

(4-5 ans)

Blanche à Jaune (6-12 ans)

Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)

Verte & V/B (Tous âges)

Bleue + (Tous âges)

Toutes ceintures (13 ans et +)

SAMEDI

8 : 30 - 9 : 00 Super-Héros

9 : 00 - 9 : 30 Ninja

9 : 30 - 10 : 00 Apprenti

10 : 00 - 10 : 30 Évolution

10 : 30 - 11 : 15 Thématique CX / CCN / CDM

11 : 15 - 12 : 00 Famille (Parents-Enfants)

(2-3 ans)

(4-5 ans)

Blanche à Jaune (6-12 ans)

Jaune/Or. à Orange/Ver. (6-12 ans)

Verte & + (Tous âges)

Toutes ceintures (Tous âges)

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