



# Horaire Karaté Sportif Ste-Thérèse

(Académie Sainte-Thérèse, 425 rue Blainville Est)

En vigueur à partir du 1er Décembre 2025

| Lundi   | Mardi  | Mercredi   | Jeudi   | Samedi  |
|---|--|--|---|---|
| 18h00 - 18h30<br>Ninjas<br>3 à 5 ans                                | 18h30 - 19h00<br>Ninjas<br>3 à 5 ans                       | 18h30 - 19h00<br>Apprentis 5-12 ans<br>Blanche à Jaune | 18h00 - 18h30<br>Ninjas<br>3 à 5 ans                                | 9h00 - 9h30<br>Ninjas<br>3 à 5 ans                                  |
| 18h30 - 19h15<br>Programme Évolution<br>Jaune/Orange à Orange/verte | 19h00 - 19h30<br>Apprentis 5 - 12 ans<br>Blanche à Jaune   | 19h00-19h45<br>Club Ceinture Noire<br>Verte à Brune    | 18h30 - 19h15<br>Apprentis/Famille<br>Blanche à Jaune               | 9h30 - 10h00<br>Apprentis 5-12 ans<br>Blanche à Jaune               |
| 19h15 - 20h00<br>Club Ceinture Noire<br><b>*Thématique*</b>         | 19h30 - 20h15<br>Apprentis/Famille/<br>Programme Évolution | 19h45 - 20h30<br>Club des Maîtres<br>Noire et Dan      | 19h15 - 20h00<br>Programme Évolution<br>Jaune/Orange à Orange/Verte | 10h00 - 10h45<br>Apprentis/Famille<br>Blanche à Jaune               |
| 20h00 - 20h45<br>Club des Maîtres<br><b>Noire et Dan</b>            |  |  |   | 10h45 - 11h30<br>Programme Évolution<br>Jaune/Orange à Orange/Verte |
|   |  |  |   | 11h30 - 12h15<br>Club Ceinture Noire/<br>Club Des Maîtres           |

***Effort + Pratique = Succès!***

| <u>Ninjas</u><br>3 - 5 ans | <u>Apprentis</u><br>Blanche à Jaune | <u>Programme Évolution</u><br>Jaune/orange à Orange/verte | <u>Club Ceinture Noire</u><br>Verte à Brune | <u>Club des Maîtres</u><br>Noire et Dan |
|----------------------------|-------------------------------------|---|---|---|
|                            |                                     |   |   |   |

Karaté Sportif Ste-Thérèse

**514-892-2515**