



Karaté Sportif Le Plateau Gatineau

Horaire des cours été 2025

L'été c'est karaté !

À partir du 25 mai 2025



Camps de jour



Karaté Sportif

Mardi

17h00 - Cours privés

17h30 - Ninjas (4-5 ans)

18h00 – Apprentis (6-12 ans) *blanche à jaune*

18h30 – Évolution (6-12 ans) *jaune/orange à orange/verte*

19h00 - CX/CCN/CDM (6-12 ans) *verte à noire junior*

19h45 - Ados/Adultes 13 ans et plus et CDM 1er DAN et plus

20h30 - Cours privés et Kickboxing sur demande

Mercredi

17h30 - Cours privés

18h00 – Super Héros (2-3 ans)

18h30 – Ninjas (4-5 ans)

19h00 - CX/CCN/CDM (6-12 ans) Éducatif combat ou kata

19h45 - Ados/Adultes ceintures vertes et plus (13 ans et plus) et CDM 1er DAN et plus

Éducatif combat ou kata

20h30 - Cours privés et Kickboxing sur demande

Jeudi

17h30 - Cours privés

18h00 – Apprentis (6-12 ans) *blanche à jaune*

18h30 – Évolution (6-12 ans) *jaune/orange à orange/verte*

19h00 - CDM (tous les âges) *noire*

19h45 - Ados/Adultes (13 ans et plus)

20h30 - Cours privés et Kickboxing sur demande

Samedi

8h30 – Super Héros (2-3 ans)

9h00 – Ninjas (4-5 ans)

9h30 – Apprentis (6-12 ans) *blanche à jaune*

10h00 – Évolution (6-12 ans) *jaune/orange à orange/verte*

10h30 – CX/CCN/CDM (tous les âges, verte et plus) Éducatif combat ou kata

11h15 – Ados/Adultes (13 ans et plus) et CDM 1er DAN et plus

12h00 – Famille

13h00 - Cours privés et événements



Nos coordonnées

Courriel : info@karateaylmer.com

Téléphone : 819-205-1155

260 boulevard Saint-Raymond, suite 107, Gatineau, QC, J9A 3G

Facebook: <https://www.facebook.com/karatesportifaylmer>

Horaire sujet à changements sans préavis

Internet : karateaylmer.com