



# HORAIRE HIVER 2026



## LUNDI

17 :30 à 18 :00  
18 :15 à 18 :45  
18 :45 à 19 :30  
19 :30 à 20 :15  
20 :15 à 21 :00

## À COMPTER DU 5 JANVIER 2026

Ninjas (3-4-5 ans)  
Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)  
Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)  
Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)  
Kickboxing (Toutes ceintures 13 ans et +)



## MARDI

17 :30 à 18 :00  
18 :15 à 19 :00  
19 :00 à 19 :45  
19 :45 à 20 :30  
20 :30 à 21 :15

Ninjas (3-4-5 ans)  
Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)  
Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)  
Club Des Maîtres (Ceintures noires et +)  
Ados/Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)

## MERCREDI

17 :30 à 18 :00  
18 :15 à 18 :45  
18 :45 à 19 :30  
19 :30 à 20 :15  
20 :15 à 20 :30  
20 :15 à 21 :00

Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)  
Ninjas (3-4-5 ans)  
Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)  
Ados/Adultes avancés (Ceintures Jaune-Orange et + 13 ans et +)  
Combats Karaté Ados/Adultes (Ceinture Jaune-Orange et +)  
Kickboxing (Toutes ceintures 13 ans et +)

## JEUDI

17 :30 à 18 :00  
18 :15 à 18 :45  
18 :45 à 19 :30  
19 :30 à 20 :15  
20 :15 à 21 :00

Ninjas (3-4-5 ans)  
Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)  
Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)  
Club Des Maîtres (Ceintures noires et +)  
Ados/Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)

## SAMEDI

8 :30 à 9 :00  
9 :15 à 9 :45  
10 :00 à 10 :30  
10 :35 à 11 :20  
11 :25 à 12 :10  
12 :15 à 12 :45  
12 :45 à 13 :30  
13 :30 à 14 :15  
13 :30 à 14 :15

Super-Héros (22 à 44 mois) – (Du 17 janvier au 4 avril)  
Ninjas (3-4-5 ans)  
Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)  
Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)  
Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)  
Combats Karaté Enfants (Ceintures Verte et +)  
Ados/Adultes (Toutes ceintures)  
Famille (parent-enfants, toutes ceintures) - **Grande Salle**  
Club Des Maîtres (Ceintures noires et +) - **Petite Salle**



info@karatemont-st-hilaire.com



514-709-8299



@karatesportifmsh



Karaté Sportif Mont-Saint-Hilaire