

# Horaire (dès le 22 août 2022)

## LUNDI

|               |   |
|---------------|---|
| 17h30 à 18h00 | Ninja (3 ans à 5 ans)                                 |
| 18h15 à 18h45 | Apprenti (Ceintures blanches à jaunes)                |
| 18h45 à 19h30 | Club des Ceintures noires (Ceintures vertes à brunes) |
| 19h30 à 20h15 | Club des Maîtres (Ceintures noires)                   |

## MARDI

|               |   |
|---------------|---|
| 17h30 à 18h00 | Ninja (3 ans à 5 ans)                                 |
| 18h15 à 18h45 | Apprenti (Ceintures blanches à jaunes).               |
| 18h45 à 19h30 | Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes) |
| 19h30 à 20h15 | Ados-Adultes (13 ans et + toutes ceintures)           |
| 20h15 à 21h00 | Kickboxing 13 ans et + toutes ceintures               |

## MERCREDI

|               |   |
|---------------|---|
| 17h30 à 18h00 | Ninja (3 ans à 5 ans)                                 |
| 18h15 à 18h45 | Apprenti (Ceintures blanches à jaunes)                |
| 18h45 à 19h30 | Club des Ceintures noires (Ceintures vertes à brunes) |
| 19h30 à 20h15 | Club des Maîtres (Ceintures noires)                   |
| 20h15 à 21h00 | Ados-Adultes (13 ans et + toutes ceintures)           |

## JEUDI

|               |   |
|---------------|---|
| 17h30 à 18h00 | Ninja (3 ans à 5 ans)                                 |
| 18h15 à 18h45 | Apprenti (Ceintures blanches à jaunes)                |
| 18h45 à 19h30 | Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes) |
| 19h30 à 20h15 | Ados-Adultes (13 ans et + toutes ceintures)           |
| 20h15 à 21h00 | Kickboxing 13 ans et + toutes ceintures               |

## SAMEDI

|               |   |
|---------------|---|
| 8h30 à 9h00.  | Super-Héros (2-3 ans avec papa ou maman)              |
| 9h15 à 9h45   | Ninja (3 ans à 5 ans)                                 |
| 10h00 à 10h30 | Apprenti (Ceintures blanches à jaunes 6 ans et +)     |
| 10h30 à 11h15 | Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes) |
| 11h15 à 12h00 | Club des Ceintures noires (Ceintures vertes à brunes) |
| 12h00 à 12h30 | Éducatifs Combats (ceintures vertes et +)             |
| 12h30 à 13h15 | Club des maîtres (Ceintures Noires)                   |
| 13h15 à 14h00 | Famille   |

## DIMANCHE

|               |   |
|---------------|---|
| 9h15 à 9h45   | Ninja (3 ans à 5 ans)                                 |
| 10h00 à 10h30 | Apprenti (Ceintures blanches à jaunes 6 ans et +)     |
| 10h30 à 11h15 | Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes) |
| 11h15 à 12h00 | Club des Ceintures noires (Ceintures vertes à brunes) |
| 12h00 à 12h30 | Éducatifs Combats (ceintures vertes et +)             |
| 12h30 à 13h15 | Club des maîtres (Ceintures Noires)                   |
| 13h15 à 14h00 | Famille   |

Courriel : [karatesportif@gmail.com](mailto:karatesportif@gmail.com)

Tel : (450) 695-1717