

# KARATÉ SPORTIF ST-FRANÇOIS

DÈS LE 1<sup>E</sup> SEPTEMBRE 2020

514-557-6228



## MARDI

18 : 00 - 18 : 30	Ninja	(4-5 ans)
18 : 30 - 19 : 00	Apprenti	Blanche, B/J, Jaune (12 ans et -)
19 : 00 - 19 : 45	Évolution/CCN	J/O ET + (12 ans et -)
19 : 45 - 20 : 30	Ados-Adultes	Karaté : Toutes ceintures (13 ans et +)

## JEUDI

18 : 00 - 18 : 30	Ninja	(4-5 ans)
18 : 30 - 19 : 00	Apprenti	Blanche, B/J, Jaune (12 ans et -)
19 : 00 - 19 : 45	Évolution/CCN	J/O ET + (12 ans et -)
19 : 45 - 20 : 30	Ados-Adultes	Karaté : Toutes ceintures (13 ans et +)

## SAMEDI

8 : 30 - 9 : 00	Super-Héros	(2-3 mois)
9 : 00 - 9 : 30	Thématiques ( <i>APPRENTI/ÉVOLUTION</i> )	Blanche à o/v (6- 12 ans)
9 : 30 - 10 : 15	Famille	Toutes Ceintures, parents-enfants
10 : 15 - 11 : 00	Perfectionnement CCN	Verte et + (6- 12 ans)

