



Horaire des cours hiver 2023

À partir du 9 janvier



Lundi	Mercredi	Dimanche
Cours privés disponibles lundi et mercredi 17h et dimanche après-midi		<u>Super héros</u> 2-3 ans 8h30
<u>Ninjas</u> 3-5 ans 17h30	<u>Ninjas</u> 3-5 ans 17h30	<u>Ninjas</u> 3-5 ans 9h00
<u>Apprentis</u> 6-7 ans 18h00	<u>Apprentis</u> 6-7 ans 18h00	<u>Apprentis</u> 6-7 ans 9h30
<u>Apprentis</u> 8-12 ans 18h30	<u>Apprentis</u> 8-12 ans 18h30	<u>Apprentis</u> 8-12 ans 10h00
<u>Évolution</u> (Ceintures jaune/orange à orange verte) 19h00	<u>Évolution</u> (Ceintures jaune/orange à orange verte) 19h00	<u>Évolution</u> (Ceintures jaune/orange à orange verte) 10h30
<u>CCN/CDM</u> (Ceintures verte et plus) 19h30	<u>CCN/CDM</u> (Ceintures verte et plus) 19h30	<u>CCN/CDM</u> (Ceintures verte et plus) 11h00
<u>Ados/Adultes</u> 13 ans et plus 20h00	<u>Ados/Adultes</u> 13 ans et plus 20h00	<u>Ados/Adultes/Famille</u> 13 ans et plus 11h30
<u>Kickboxing</u> 13 ans et plus 20h45	<u>Kickboxing</u> 13 ans et plus 20h45	<u>Kickboxing</u> 13 ans et plus 12h15

Karaté Sportif Le Plateau/Gatineau

1910 chemin Pink suite 202, Gatineau QC

Téléphone : 819-744-7755

Courriel : info@karateaylmer.com

Site internet : karateaylmer.com

fête d'enfants disponible sur réservation