



# Horaire été Karaté Sportif Vaudreuil



En vigueur dès le 23 juin 2024

Lundi		Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
18h00 - 18h45 Programme Évolution Jaune/orange à orange/verte		18h00 - 18h30 Ninjas 3 à 5 ans	18h00 - 18h45 Apprentis/ Famille	18h00 - 18h30 Ninjas 3 à 5 ans	9h00 - 9h30 Ninjas 3 à 5 ans
18h45 - 19h30 Club Ceinture Noire Verte à Brune	18h45 - 19h45 Club des Maîtres Noire et Dan	<b>BATTEMENT 10 MINUTES</b> 18h40 - 19h10 Apprentis 5-12 ans Blanche à jaune	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 18h50 - 19h35 Programme Évolution Jaune/orange à Orange/verte	<b>BATTEMENT 10 MINUTES</b> 18h40 - 19h10 Apprentis 5-12 ans Blanche à jaune	<b>BATTEMENT 10 MINUTES</b> 9h40 - 10h25 Apprentis/ Famille
19h45 - 20h30 Cours ado/adultes 12 ans et +		<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 19h15 - 20h00 Club Ceinture Noire Verte à Brune	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 19h40 - 20h25 Cours ado/adultes 12 ans et + 19h40 - 20h25 <b>CASE HORAIRE VARIABLE</b> (graduations de ceinture 1x/mois cours ado/adultes à 20h25)	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 19h15 - 20h00 Club Ceinture Noire/Club des Maîtres <b>THÉMATIQUE</b>	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 10h30 - 11h15 Programme Évolution Jaune/orange à orange/verte 11h15 - 12h00 Club Ceinture Noire Verte à Brune
					11h15-12h15 Club des Maîtres Noire et Dan

**\*Thématiques du Jeudi\***  
Sem 1 : Combat  
Sem 2 : Autodéfense  
Sem 3 : Combat  
Sem 4 : Katas + Katas armés  
Sem 5 : Spéciale

***L'Été c'est Karaté!***

<u>Ninjas</u> Blanche à Rouge	<u>Apprentis</u> Blanche à Jaune	<u>Programme Évolution</u> Jaune/Orange à Orange/Verte	<u>Club Ceinture Noire</u> Verte à Brune	<u>Club des Maîtres</u> Noire et Dan
----------------------------------	-------------------------------------	---	---	---

Karaté Sportif Vaudreuil  
514-892-2515