



# Horaire Karaté Sportif Vaudreuil



En vigueur dès le 30 Mars 2024

Lundi		Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi	Dimanche
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	9h00 - 9h30 Ninjas 3 à 5 ans
18h45 - 19h30 Club Ceinture Noire Verte à Brune	18h45 - 19h45 Club des Maîtres Noire et Dan	18h30 - 19h00 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 - 10h10 Apprentis 5-12 ans Blanche à jaune	<b>BATTEMENT 10 MINUTES</b> 9h40 - 10h25 Apprentis/ Famille
19h45-20h30 Cours ado/adultes 12 ans et +		19h00 - 19h45 Club Ceinture Noire Verte à Brune	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 19h40-20h25 Cours ado/adultes 12 ans et +	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 19h15 - 20h00 Club Ceinture Noire/Club des Maîtres <b>THÉMATIQUE</b>	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 10h15 -11h00 Programme Évolution Jaune/orange à orange/verte	<b>BATTEMENT 5 MINUTES</b> 10h30 - 11h15 Programme Évolution Jaune/Orange à Orange/Verte
19h40 - 20h25 <b>CASE HORAIRE VARIABLE</b> dernier lundi du mois invité Club des Maîtres et cours ados/adultes annulé		19h45-20h30 Club des Maîtres Noire et Dan	19h40 - 20h25 <b>CASE HORAIRE VARIABLE</b> premier mercredi du mois reprise grad et cours ados/adultes à 20h25	*Thématiques du Jeudi* Sem 1 : Combat Sem 2 : Autodéfense Sem 3 : Combat Sem 4 : Katas + Katas armés Sem 5 : Spéciale	11h00 - 11h45 Club Ceinture Noire verte à brune	
					11h45-12h30 Club des Maîtres Noire et Dan	

  

<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 +
----------------------------------	-------------------------------------	---	---	---------------------------------------

Karaté Sportif Vaudreuil  
514-892-2515