



Karaté sportif

HORAIRE LONGUEUIL

Dès le 26 août 2019

MARDI

17 :45 à 18 :15
18 :30 à 19:00
19:00 à 19 :45
19 :45 à 20 :30
20 :30 à 21h15

Ninja (3, 4, 5 ans)
Apprenti (Ceinture blanche à jaune)
Évolution/CCN (Ceinture jaune/orange à brune)
Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)
Kickboxing 12 ans et + **(dès le 17 septembre 2019)**

JEUDI

17 :45 à 18 :15
18 :30 à 19:00
19:00 à 19 :45
19 :45 à 20 :30
20 :30 à 21h15

Ninja (3, 4, 5 ans)
Apprenti (Ceinture blanche à jaune)
Évolution (Ceinture jaune/orange à brune)
Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)
Kickboxing 12 ans et + **(dès le 19 septembre 2019)**

SAMEDI

8 45 à 9 :15
9 :30 à 10 :00
10 :15 à 10 :45
10 :45 à 11 :30
11 :30 à 12 :15
12 :15 à 13 :00

Super-Héros : 22 à 44 mois avec parent accompagnateur (dès le 21 septembre)
Ninja (3, 4, 5 ans)
Apprenti (Ceinture blanche à jaune)
Évolution et Club Ceintures Noires (Ceinture jaune/orange à brune)
Éducatif Combat (verte et +) retour du cours de 45 min dès septembre
Famille (Toutes ceintures)
Graduations s'il y a lieu



514-659-1746

karatesportiflongueuil@gmail.com

Karaté Sportif Longueuil

