



Karaté sportif

HORAIRE LONGUEUIL

Dès le 15 juillet

Fermé pour les semaines de la construction : Du 22 juillet au 4 août inclusivement.

MARDI

18 :00 à 18 :30
18 :45 à 19:15
19:15 à 20 :00
20 :00 à 20 :45

Ninja (3, 4, 5 ans)
Apprentis (Ceinture blanche à jaune)
Évolution et Club Ceintures Noires (Ceinture jaune/orange à brune)
Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)

JEUDI

18 :00 à 18 :30
18 :45 à 19:15
19:15 à 20 :00
20 :00 à 20 :45

Ninja (3, 4, 5 ans)
Apprentis (Ceinture blanche à jaune)
Évolution et Club Ceintures Noires (Ceinture jaune/orange à brune)
Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)

SAMEDI

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

Super-Héros, 22 mois à 44 mois (nouveau dès 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



514-651-5156

karatesportiflongueuil@gmail.com

Karaté Sportif Longueuil

