



HORAIRE

Ste-Dorothée

Dès janvier 2020

Lundi

- | | |
|---------------|---|
| 18h15 à 19h00 | Programme Club Ceinture Noire (CCN) enfants |
| 19h00 à 19h45 | Programme Club des Maîtres (CDM) enfants |
| 19h15 à 20h00 | Programme Mouvement Martial (Adultes) |
| 19h45 à 20h30 | Programme Club des Maîtres (CDM) (Adultes) |

Mardi

- | | |
|---------------|---|
| 17h30 à 18h00 | Programme Ninja (Préscolaire : 3-4-5 ans) |
| 18h00 à 18h30 | Programme Apprentis enfants(ceintures blanche, blanche/jaune et jaune) |
| 18h30 à 19h00 | Programme Évolution enfants(ceintures jaune/orange, orange et orange/verte) |
| 19h00 à 19h45 | Programme Ados/Adultes (toutes ceintures) |
| 19h45 à 20h30 | Programme Kick Boxing Sportif |

Mercredi

- | | |
|---------------|--|
| 9h30 à 10h15 | Programme Mouvement Martial (Adultes) |
| 18h15 à 19h00 | Programme Club Ceinture Noire (CCN) enfants (Éducatif combat) |
| 19h00 à 19h45 | Programme Club des Maîtres (CDM) enfants |
| 19h45 à 20h30 | Programme Club des Maîtres (CDM) (Adultes) |
| 20h30 à 21h15 | Programme Ados/Adultes (toutes ceintures) |

Jeudi

- | | |
|---------------|---|
| 17h30 à 18h00 | Programme Ninja (Préscolaire : 3-4-5 ans) |
| 18h00 à 18h30 | Programme Apprentis enfants(ceintures blanche, blanche/jaune et jaune) |
| 18h30 à 19h00 | Programme Évolution enfants(ceintures jaune/orange, orange et orange/verte) |
| 19h00 à 19h45 | Programme Ados/Adultes (toutes ceintures) |
| 19h45 à 20h30 | Programme Kick Boxing Sportif |

Contactez-nous pour prendre un rendez-vous : 450.689.7011
Karatestedorothee.com - info@karatesportif.com

Vendredi

18h00...

Cours Privés / Party Pizza / Thématiques

Samedi

8h30 à 9h00	Programme Super Héros (22 à 44 mois)
9h00 à 9h30	Programme Ninja (Préscolaire : 3-4-5 ans)
9h30 à 10h00	Programme Apprenti enfants (ceintures blanche, blanche/jaune et jaune)
10h00 à 10h30	Programme Évolution enfants (ceintures jaune/orange, orange et orange/verte)
10h30 à 11h15	Programme Club Ceinture Noire (CCN) enfants + Club des Maîtres (CDM)enfants
11h15 à 12h00	Programme Club des Maîtres (CDM) adultes et enfants
12h00 à 12h45	Programme Combats
12h45 à 13h30	Programme Famille
13h30...	Cours Privés / Fête d'enfants / Graduations/ Thématiques

Dimanche

8h30 à 9h00	Programme Super Héros (22 à 44 mois)
9h00 à 9h30	Programme Ninja (Préscolaire : 3-4-5 ans)
9h30 à 10h00	Programme Apprenti enfants (ceintures blanche, blanche/jaune et jaune)
10h00 à 10h30	Programme Évolution enfants (ceintures jaune/orange, orange et orange/verte)
10h30 à 11h15	Programme Club Ceinture Noire (CCN) enfants + Club des Maîtres (CDM)enfants
11h15 à 12h00	Programme Club des Maîtres (CDM) adultes et enfants
12h00 à 12h45	Programme Combats
12h45 à 13h30	Programme Famille
13h30...	Cours Privés / Fête d'enfants / Graduations/ Thématiques

*Programme Super Héros (enfants de 22 à 44 mois)

Samedi et Dimanche 8h30 à 9h00

*incluant deux uniformes.

Faites équipe avec votre enfant!

Contactez-nous pour prendre un rendez-vous : 450.689.7011

Karatededorothee.com – info@karatesportif.com