



# HORAIRE DES COURS

Été 2019

À compter du 11 juin 2019

## MARDI

17 :30 à 18 :00	Ninjas (3-4-5 ans)
18 :00 à 18 :30	Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
18 :30 à 19 :15	Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
19 :15 à 20 :00	Parents / enfants (Toutes ceintures)
20 :00 à 20 :45	Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)

## JEUDI

17 :30 à 18 :00	Ninjas (3-4-5 ans)
18 :00 à 18 :30	Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
18 :30 à 19 :15	Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
19 :15 à 20 :00	Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)
20 :00 à 20 :30	Combats Ados/Adultes (ceintures jaune-orange et +)

## SAMEDI

8 :30 à 9 :00	Super-Héros (22 à 44 mois) – Jusqu'au 6 juillet
9 :00 à 9 :30	Ninjas (3-4-5 ans)
9 :45 à 10 :15	Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
10 :15 à 11 :00	Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
11 :00 à 11 :45	Parents / enfants (Toutes ceintures)
11 :45 à 12 :30	Ados / Adultes (Toutes ceintures)
12 :30 et +	Graduations de ceintures ou cours privés



514.709.8299



info@karatemont-st-hilaire.com



Karaté Sportif Mont-Saint-Hilaire

www.karatemont-st-hilaire.com

