



## **Karaté Sportif Ville Mont-Royal**

### ***Horaire des cours***

#### **Mardi**

- 17h30-18h15 Programme Club Ceinture Noire (ceintures vertes à brunes)  
18h15-19h30 Programme Club des Maîtres (ceintures noires seulement)  
19h45-20h30 Programme Ados/Adultes (13 ans et +)

#### **Mercredi :**

- 17h30 à 18h00 Programme ninja **4-5 ans**  
18h00 à 18h30 Programme apprenti (débutant 6-12 ans)  
18h30 à 19h15 Programme Évolution  
19h15 à 20h00 Programme Club Ceinture Noire  
20h15 à 21h00 Programme Ados/Adultes (13 ans et +)

#### **Jeudi :**

- 17h45 à 18h15 Programme apprenti (débutant 6-12 ans)  
18h15 à 19h00 Programme Évolution  
19h00 à 19h45 Programme Club Ceinture Noire  
20h00 à 20h45 Programme Ados/Adultes (13 ans et +)

#### **Vendredi :**

- 17h45 à 18h15 Programme ninja 4-5 ans  
18h15 à 19h00 Programme Club Ceinture Noire

#### **Samedi :**

- 8h30 à 9h00 Programme Super Héros (2 à 3 ans 19 sept au 05 déc 2020)  
9h15 à 9h45 Programme Ninja (**4 à 5 ans**)  
9h45 à 10h15 Programme apprenti (débutant 6-12 ans)  
10h15 à 11h00 Programme évolution  
11h00 à 11h45 Programme Club Ceinture Noire  
12h00 à 12h45 Programme Ados/Adultes (13 ans et +)  
12h45 à 13h30 Programme Club des Maîtres (ceintures noires seulement)

