



HORAIRE DES COURS ZOOM – HIVER 2020

À compter du 5 janvier 2021



Contact ZOOM : karatesportif@outlook.com

MARDI

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

Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
Ninjas (3-4-5 ans)
Évolution/Club Ceintures Noires (Ceinture jaune-orange à brune 6 à 12 ans)
Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)

MERCREDI

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

Ninjas (3-4-5 ans)
Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)
Kickboxing Sportif (Toutes ceintures 13 ans et +)

JEUDI

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

Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)
Kickboxing Sportif (Toutes ceintures 13 ans et +)

SAMEDI

8 :00 à 8 :30
8 :45 à 9 :15
9 :30 à 10 :00
10 :15 à 11 :00
11 :15 à 12 :00
12 :15 à 13 :00
13 :15 à 14 :00

Super-Héros (22 à 44 mois) – à partir du 16 janvier
Ninjas (3-4-5 ans)
Apprentis (Ceintures blanche à jaune 6 à 12 ans)
Évolution (Ceintures jaune-orange à orange-verte 6 à 12 ans)
Club Ceintures Noires (Ceintures verte à brune 6 à 12 ans)
Ados / Adultes (Toutes ceintures 13 ans et +)
Parents / enfants (Toutes ceintures)

**Veuillez noter que les séances d'entraînement libres au dojo sont tous les samedis de 13 :00 à 14 :00. **



514.709.8299



info@karatemont-st-hilaire.com



Karaté Sportif Mont-Saint-Hilaire

