

Horaire des cours



Dès le 3 septembre 2019

MARDI

18h00 à 18h30
18h30 à 19h00
19h00 à 19h45
19h45 à 20h45

Ninjas (3-4-5 ans)
Apprentis (ceinture blanche à jaune)
Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)
Ados/adultes (13 ans et +)

MERCREDI

18h00 à 18h30
18h30 à 19h15
19h15 à 20h00
20h00 à 20h45

Ninjas (3-4-5 ans)
Club ceinture noire (ceinture verte à brune)
Club des maîtres (ceinture noire seulement) [*enfants*]
Club ceinture noire & Club des maîtres (adultes)

JEUDI

18h00 à 18h30
18h30 à 19h15
19h15 à 20h00
20h00 à 21h00

Apprentis (ceinture blanche à jaune)
Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)
Club ceinture noire & Club des maîtres (*enfants*)
Ados/adultes (13 ans et +) [combats]

SAMEDI

8h30 à 9h00
9h00 à 9h30
9h30 à 10h00
10h00 à 10h45
10h45 à 11h30
11h30 à 12h00
12h00 à 12h45

Super-héros (22 à 48 mois)
Ninjas (3-4-5 ans)
Apprentis (ceinture blanche à jaune)
Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)
Club ceinture noire (ceinture verte à brune) [*enfants*]
Combats (ceintures vertes et +) [*enfants*]
Club des Maîtres (ceinture noire seulement) [*tout âge*]

DIMANCHE

9h00 à 9h30
9h30 à 10h00
10h00 à 10h45
10h45 à 11h30
11h30 à 12h15

Ninjas (3-4-5 ans)
Apprentis (ceinture blanche à jaune)
Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)
Club ceinture noire et Club des maîtres (*enfants*)
Cours famille (parent/enfant)