

# HORAIRE

# DES COURS



DÈS LE 19 OCTOBRE 2021

## LUNDI

18h00 à 18h30

Apprentis (ceinture blanche à jaune)

18h30 à 19h15

Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)

19h15 à 20h00

Ados/adultes (13 ans et +)

## MARDI

17h30 à 18h00

Ninjas (3-4-5 ans)

18h00 à 18h30

Ninjas (3-4-5 ans)

18h30 à 19h00

Apprentis (ceinture blanche à jaune)

19h00 à 19h45

Club ceinture noire & Club des maîtres (*enfants*)

19h45 à 20h30

Kickboxing (13 ans et +)

## JEUDI

18h00 à 18h30

Ninjas (3-4-5 ans)

18h30 à 19h00

Apprentis (ceinture blanche à jaune)

19h00 à 19h45

Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)

19h45 à 20h30

Club ceinture noire & Club des maîtres (*enfants*)

20h30 à 21h15

Ados/adultes | Kickboxing (13 ans et +)

## SAMEDI

8h30 à 9h00

Super-héros (22 à 48 mois)

9h00 à 9h30

Ninjas (3-4-5 ans)

9h30 à 10h00

Apprentis (ceinture blanche à jaune)

10h00 à 10h45

Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)

10h45 à 11h30

Club ceinture noire & Club des maîtres (*enfants*)

11h30 à 12h15

Cours famille (parents/enfants)