

# HORAIRE

# DES COURS



**DÈS LE 15 NOVEMBRE 2021**

## LUNDI

|               |  |
|---------------|--|
| 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 Sportif (13 ans et +)  |

## MERCREDI

|               |  |
|---------------|--|
| 17h30 à 18h00 | Ninjas (3-4-5 ans)                               |
| 18h00 à 18h30 | Apprentis (ceinture blanche à jaune)             |
| 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 Sportif (13 ans et +)  |

## SAMEDI

|              |  |
|--------------|--|
| 9h00 à 9h30  | <i>sur réservation seulement</i><br>Ninjas (3-4-5 ans) |
| 9h30 à 10h00 | Apprentis (ceinture blanche à jaune)                   |

## DIMANCHE

|               |                                      |
|---------------|--------------------------------------|
| 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, CCN & CDM                 |
| 10h45 à 11h30 | Cours famille (parents/enfants)      |