



# HORAIRE DES COURS

À partir du 1<sup>er</sup> février

## Mardi

18h00 à 18h30

Ninjas (3-4-5 ans)

18h30 à 19h15

Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)

19h15 à 20h00

Club Ceinture Noire (ceinture verte à noire)

20h00 à 20h45

Ados-Adultes (13 ans +, toutes ceintures)

## Mercredi

18h00 à 18h30

Ninjas (3-4-5 ans)

18h30 à 19h00

Apprenti (ceinture blanche à jaune)

19h00 à 19h45

Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)

## Jeudi

18h00 à 18h30

Apprenti (ceinture blanche à jaune)

18h30 à 19h15

Club Ceinture Noire (ceinture verte à brune)

19h15 à 20h00

Club des Maîtres (ceinture Noire et +)

20h00 à 20h45

Ados-Adultes (13 ans +, toutes ceintures)

## Samedi

9h00 à 9h30

Ninjas (3-4-5 ans)

9h30 à 10h00

Apprenti (ceinture blanche à jaune)

10h00 à 10h45

Évolution (ceinture jaune/orange à orange/verte)

10h45 à 11h30

Club Ceinture Noire (ceinture verte et +)

11h30 à 12h15

Combats (ceintures vertes et +)

12h15 à 13h00

Club des Maîtres (ceinture noire)

13h00 à 13h45

Parents/Enfants (toutes ceintures)