



Karaté Sportif ***Ville Mont-Royal/Outremont***

Mardi :

- 18h00 à 18h30 Programme ninja 4-5 ans
18h45 à 19h15 Programme apprenti (débutant 6-12 Ans)

Mercredi :

- 17h15 à 17h45 Programme ninja 4-5 ans
18h00 à 18h30 Programme apprenti (débutant 6-12 ans)
18h35 à 19h20 Programme Évolution
19h25 à 20h10 Programme CCN et CDM
20h15 à 21h00 Programme Ados/Adultes (13 ans et +)

Jeudi :

- 17h45 à 18h15 Programme apprenti (débutant 6-12 ans)
18h20 à 19h05 Programme Évolution
19h10 à 19h55 Programme CCN et CDM
20h00 à 20h45 Programme Ados/Adultes (13 ans et +)

Samedi :

- 8h30 à 9h00 Programme Super Héros 2-3 ans (du 18 sept. au 04 déc.2021)
9h05 à 9h35 Programme Ninja (4 à 5 ans)
9H40 à 10h10 Programme apprenti (débutant 6-12 ans)
10h15 à 11h00. Programme évolution
11h05 à 11h50 Programme Club Ceinture Noire
11h55 à 12h40 Programme Ados/Adultes (13 ans et +)
12H45 à 13h30 Programme Club des Maîtres (ceintures noires seulement)

info@karatesportifvmr.com 514-443-4949