



Karaté sportif Sainte-Julie

Rendez-vous obligatoire pour un essai : karatesportifsaintejulie@gmail.com

MARDI

- 17h30 à 18h00 Ninjas (3 ans à 5 ans)
- 18h15 à 18h45 Apprentis (Ceintures blanches à jaunes 6 à 12 ans)
- 18h45 à 19h30 Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes)
- 19h30 à 20h15 Ados-Adultes (13 ans et plus / Toutes ceintures)
- 20h15 à 21h00 kickboxing

MERCREDI

- 17h30 à 18h00 Ninjas (3 ans à 5 ans)
- 18h15 à 18h45 Apprentis (Ceintures blanches à jaunes 6 à 12 ans)
- 18h45 à 19h30 Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes)
- 19h30 à 20h15 Club des Ceintures noires (Ceintures vertes à brunes)
- 20h15 à 21h00 Club des Maîtres (Ceintures noires et plus)

JEUDI

- 17h30 à 18h00 Ninjas (3 ans à 5 ans)
- 18h15 à 18h45 Apprentis (Ceintures blanches à jaunes 6 à 12 ans)
- 18h45 à 19h30 Club des Ceintures noires (Ceintures vertes à brunes)
- 19h30 à 20h15 Ados-Adultes (13 ans et plus / toutes ceintures)
- 20h15 à 21h00 kickboxing

SAMEDI

- 8h30 à 9h00 Super héros (22 à 44 mois) dès le 5 février
- 9h15 à 9h45 Ninjas (3 ans à 5 ans)
- 10h00 à 10h30 Apprentis (Ceintures blanches à jaunes 6 ans et +)
- 10h30 à 11h15 Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes)
- 11h15 à 12h00 Club des Ceintures noires et CDM (Ceintures vertes à noires)
- 12h00 à 12h45 Éducatifs Combats
- 12h45 à 13h30. Ados-Adultes et familles



☎ 450-695-1717

✉ infokaratesportif@gmail.com