



# Horaire dès le 6 septembre 2022

Sur réservation seulement via le portail Web

Rendez-vous obligatoire pour un essai : [karatesportifsaintejulie@gmail.com](mailto:karatesportifsaintejulie@gmail.com)

## MARDI

- 17h45 à 18h15 **Ninjas** (3 ans à 5 ans)
- 18h30 à 19h00 **Apprentis** (Ceintures blanches à jaunes 6 à 12 ans)
- 19h00 à 19h45 Évolution & CCN (ceintures jaune-orange à brunes)
- 19h45 à 20h30 **Ados-Adultes**
- 20h30 à 21h15 Kickboxing

## MERCREDI

- 17h45 à 18h15 **Ninjas** (3 ans à 5 ans)
- 18h30 à 19h00 **Apprentis** (Ceintures blanches à jaunes 6 à 12 ans)
- 19h15 à 20h00 Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes)
- 20h00 à 20h45 **Ados-Adultes**

## JEUDI

- 17h45 à 18h15 **Ninjas** (3 ans à 5 ans)
- 18h30 à 19h00 **Apprentis** (Ceintures blanches à jaunes 6 à 12 ans)
- 19h00 à 19h45 Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes)
- 19h00 à 19h45 **Club des Ceintures noires** (Ceintures vertes à brunes)
- 19h45 à 20h30 CDM
- 20h30 à 21h15 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 +)
- 10h45 à 11h30 Évolution (Ceintures jaunes/oranges à oranges/vertes)
- 11h30 à 12h15 **Club des Ceintures noires** (Ceintures vertes à brunes)
- 12h15 à 12h45 Éducatifs Combats
- 12h45 à 13h30 **Ados-Adultes et familles**



 450-695-1717

 [infokaratesportif@gmail.com](mailto:infokaratesportif@gmail.com)