



# HORAIRE

## Le Plateau MTL

2050 rue Rachel est, H2K 3X7

Stationnement et entrée du gymnase de Lorimier/Rachel

**l'École Saint-Joseph (1985)**

**Dès janvier 2020**

### Lundi

18h00 à 18h30  
18h30 à 19h00  
19h00 à 19h30  
19h30 à 20h15  
20h15 à 21h00

Programme Ninja (Préscolaire : 3-4-5 ans)  
Programme Apprenti (6 à 11 ans)  
Programme Évolution (Orange/Jaune à Orange/Verte)  
Programme CCN+CDM (Verte à Noire)  
Programme Ados/Adultes (12 ans et +)

### Mercredi

18h00 à 18h30  
18h30 à 19h00  
19h00 à 19h30  
19h30 à 20h15  
20h15 à 21h00

Programme Ninja (Préscolaire : 3-4-5 ans)  
Programme Apprenti (6 à 11 ans)  
Programme Évolution (Orange/Jaune à Orange/Verte)  
Programme CCN+CDM (Verte à Noire) \*Éducatif Combat\*  
Programme Ados/Adultes (12 ans et +)

### Samedi

9h00 à 9h30  
9h30 à 10h00  
10h00 à 10h30  
10h30 à 11h00  
11h00 à 11h45  
11h45 à 12 h30  
12h30...

Programme Super Héros (22 à 44 mois)  
Programme Ninja (Préscolaire : 3-4-5 ans)  
Programme Apprenti (6 à 11 ans)  
Programme Évolution (Orange/Jaune à Orange/Verte)  
Programme CCN+CDM (Verte à Noire) \*Éducatif Combat\*  
Programme Famille (Parents et Enfants)  
Cours Privés/ Fête d'enfants/ Graduations/ Thématiques.

N'hésitez pas à nous contacter en composant le : 514-222-9728

[ks.leplateau.mtl@gmail.com](mailto:ks.leplateau.mtl@gmail.com)

