Horaire - Automne 2024

Cours adulte (jeudi) : 12 septembre au 12 décembre 2024 (14 cours)

Cours réguliers (samedi) : 7 septembre au 14 décembre 2024 (13 cours, pas de cours 5 octobre et 2 novembre 2024)

Kumité (samedi) : 7 septembre au 14 décembre 2024 (13 cours, pas de cours 5 octobre et 2 novembre 2024)

Conditionnement physique (mercredi) : 21 août au 18 décembre 2024 (18 cours)

Entraînement élite (mardi) : 20 août au 17 décembre 2024 (18 cours)

Cours élite (samedi) : 7 septembre au 14 décembre 2024 (13 cours, pas de cours 5 octobre et 2 novembre 2024)

Kobudo (lundi) : 9 septembre au 16 décembre 2024 (15 cours)

Kobudo (samedi) : 7 septembre au 14 décembre 2024 (13 cours, pas de cours 5 octobre et 2 novembre 2024)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi		Dimanche
					Karaté traditionnel		
					9 h à 10 h **5 - 6 ans**	9 h à 10 h 30 **7 - 9 ans**	
					Kobudo 9 h à 10 h 30		
					Karaté traditionnel		
					10 h 30 à 12 h **10-13 ans**	10 h 30 à 12 h 30 **14 ans +**	
					Karaté élite		
					Kumité		
					13 h à 14 h 30		
Kobudo 18 h 30 à 20 h	**Kata élite** 18 h 30 à 20 h	**Conditionnement physique** (Groupe 1) 18 h30 à 20 h	**Karaté traditionnel** 14 ans + 19 h à 21 h				