

Horaire - Hiver 2025



Cours adulte (jeudi) : 9 janvier au 10 avril 2025 (14 cours)

Cours réguliers (samedi) : 11 janvier au 12 avril 2025 (13 cours, congé à déterminer)

Conditionnement physique (mercredi) : 8 janvier au 16 avril 2025 (14 cours, congé 2 avril)

Entraînement élite (mardi) : 7 janvier au 15 avril 2025 (14 cours)

Cours élite (samedi) : 11 janvier au 12 avril 2025 (13 cours, congé à déterminer)

Kobudo (lundi) : 13 janvier au 14 avril 2025 (14 cours)

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	
					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	Kata élite	Conditionnement physique (Groupe 1)	Karaté traditionnel				
18 h 30 à 20 h	18 h 30 à 20 h	18 h30 à 20 h	14 ans + 19 h à 21 h				

