

HORAIRE DES COURS						
Horaires	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H00/11H30						Karaté ados/adultes
13h30/15h00						Karaté enfants : 5 à 9 ans
15h00/16h30						Karaté enfants : 10 à 14 ans
18h00/19h00				Renforcement physique et retour au sport		
18h00/19h30			Karaté Adultes/compétions et passages de grades			
18h15/19h15		Self-défense			Self-défense	
19h45/20h45			Body-karaté			
19h30/21h00	Karaté ados/adultes	Karaté Seniors			Karaté ados/adultes	

