

# MONTREAL KANREIKAI KARATE

## HORAIRE DES COURS – en vigueur le 25 juin 2019

| Lundi   | Mardi                           | Mercredi  | Jeudi   | Vendredi | Samedi  | Dimanche  |
|---|---------------------------------|---|---|----------|---|---|
| 17h30-18h30<br><b>DÉBUTANT</b><br><i>8 ans &amp; plus</i><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b> |                                 | 17h30-18h30<br><b>DÉBUTANT</b><br><b>6 &amp; 7 ans</b><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b>    | 17h30-18h30<br><b>DÉBUTANT</b><br><i>8 ans &amp; plus</i><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b> |          | 9h00-10h00<br><b>INITIATION AU KARATÉ</b><br><i>4 &amp; 5 ans</i><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b> | 9h00-10h00<br><b>DÉBUTANT</b><br><b>6 &amp; 7 ans</b><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b>     |
| 18h30-19h30<br><b>AVANCÉ</b><br>COMBAT  | 18h30-19h30<br><b>INTERMÉD.</b> | 18h30-19h30<br><b>DÉBUTANT</b><br><i>8 ans &amp; plus</i><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b> | 18h30-19h30<br><b>INTERMÉD.</b>   |          | 10h00-11h00<br><b>DÉBUTANT</b><br><i>8 ans &amp; plus</i><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b>         | 10h00-11h00<br><b>DÉBUTANT</b><br><i>8 ans &amp; plus</i><br><b>COURS D'ESSAI disponible*</b> |
| 19h30-20h30<br><b>TOUS NIVEAUX</b><br>CARDIO<br>COMBAT<br><i>13 ans &amp; plus</i>            |                                 | 19h30-20h30<br><b>AVANCÉ</b><br>KATA &<br>KATA<br>D'ARMES                                     | 19h30-20h30<br><b>TOUS NIVEAUX</b><br>CARDIO<br>COMBAT<br><i>13 ans &amp; plus</i>            |          | 11h00-12h00<br><b>INTERMÉD.</b>   |   |
|   |                                 |   |   |          | 12h00-13h00<br><b>AVANCÉ</b><br>KATA &<br>KATA<br>D'ARMES   |   |
|   |                                 |   |   |          | 13h00-15h00<br><b>COMPÉTITION</b><br><i>13 ans &amp; plus</i><br><b>COURS EXTRA</b><br>Sur invitation |   |

**\*COURS D'ESSAI DISPONIBLE** pour nouveaux élèves qui possèdent un **CARNET DE 3 COURS D'ESSAI**.

**COURS EXTRA SUR INVITATION** - en plus de votre choix de cours :

- **COMPÉTITION** - CARDIO & COMBAT - 13 ans & plus : SAMEDI - 13h00 à 15h00

INITIATION AU KARATÉ (4 & 5 ans): ceinture blanche

NIVEAU **DÉBUTANT** – 6 & 7 ans: ceinture blanche à ceinture bleue

NIVEAU **DÉBUTANT** – 8 ans & plus : ceinture blanche à ceinture bleue

NIVEAU **INTERMÉDIAIRE** : barre jaune à barre verte

NIVEAU **AVANCÉ** : ceinture verte à ceinture noire

Veillez noter que des cours pourraient être annulés en raison de congés, d'événements spéciaux, de tournois ou de tests de passage de ceinture. Le cas échéant, nos élèves et membres seront avisés par courriel.