

## Horaire - Joliette Kanreikai Karate - À compter du 6 septembre 2021

JOUR	Heure	Nom	Discipline	Participants	Salle
<b>LUNDI</b>	17h45-18h15	Mini-Ninja /Groupe 1	Karaté	3 - 6 ans	Salle 1
	18h00-19h00	Débutant	Karaté	Parents-enfants	Salle 2
	18h20-18h50	Mini-Ninja / Groupe 2	Karaté	3 - 6 ans	Salle 1
	19h00-20h00	Grappling	Grappling	Adultes	Salle 1
	19h00-20h00	Intermédiaire - Bleue & plus	Karaté		Salle 2
	20h00-21h00	Tous niveaux	Karaté	Adultes	Salle 2
	20h00-21h00	Arts Martiaux Mixtes	AMM		Salle 1
<b>MARDI</b>	18h00-19h00	Jiu Jitsu	Grappling	Parents-enfants	Salle 2
	18h00-19h00	Kickboxing - Femmes	Kickboxing	Adultes	Salle 1
	19h00-20h00	Kickboxing	Kickboxing	Pour tous	Salle 2
	20h00-21h00	Pratique de combat (Sparring)	Karaté /Kickboxing/AMM/Boxe		Salle 2
<b>MERCREDI</b>	18h00-19h00	Débutant	Karaté	Parents-enfants	Salle 2
	18h00-19h00	Cours de spécialisation			Salle 1
	19h00-20h00	Intermédiaire - Jaune & plus	Karaté		Salle 2
	19h00-20h00	Open Mat		Sur invitation	Salle 1
	20h00-21h00	Avancé - Brune & plus	Karaté		Salle 2
<b>JEUDI</b>	18h00-19h00	Intermédiaire - Jaune & plus	Karaté		Salle 2
	18h00-19h00	Cours de spécialisation			Salle 1
	19h00-19h30	Intermédiaire - Orange & plus	Karaté		Salle 2
	19h30-20h30	Kickboxing	Kickboxing	Pour tous	Salle 2
<b> VENDREDI</b>	18h00-19h00	Grappling	Grappling	Pour tous	Salle 2
	18h00-19h00	Cours de spécialisation			Salle 1
	19h00-20h00	Open Mat		Sur invitation	Salle 1
<b>SAMEDI</b>	8h45-9h15	Mini-Ninja / Groupe 1	Karaté	3 - 6 ans	Salle 2
	9h20-9h50	Mini-Ninja / Groupe 2	Karaté	3 - 6 ans	Salle 2
	10h00-11h00	Cours de spécialisation		Salle 1	Salle 1
	10h00-11h00	Débutant	Karaté	Parents-enfants	Salle 2
	11h00-12h00	Intermédiaire - Bleue & plus	Karaté		Salle 2
	11h00-12h00	Open Mat		Sur invitation	Salle 1
	12h00-13h00	Intermédiaire - Orange & plus	Karaté		Salle 2
<b>DIMANCHE</b>	10h00-11h00	Cours de spécialisation			
	10h00-11h00	Cours privé			