

KANREIKAI JOLIETTE - HORAIRE DES COURS - À COMPTER DU 1 SEPTEMBRE 2025

	HEURE	COURS	DISCIPLINE	ÂGE	SALLE
LUNDI	17h45-18h15	Mini-Ninja - Groupe1	Karaté	3-5 ans	Ring
	18h00-18h50	Karaté - Débutant	Karaté	Parents-Enfants	Salle 2
	19h00-20h00	Grappling/ No Gi	Grappling	Ados-Adultes	Salle 1
	19h00-19h50	Karaté - Intermédiaire - Bleue & plus	Karaté	Pour tous	Salle 2
	20h00-21h00	Karaté - Débutant	Karaté	Adultes	Salle 2
	20h00-21h00	Arts martiaux mixtes	AMM	Ados-Adultes	Salle 1
MARDI	18h00-19h20	JiuJitsu brésilien - Débutant/ Gi	Grappling	Ados-Adultes	Salle 2
	18h00-18h50	Kickboxing - Femmes (Sessions)	Kickboxing	Ados-Adultes	Salle 1
	19h30-20h30	Kickboxing/ Pour tous	Kickboxing	Pour tous	Salle 1 & Salle 2
	20h30-21h30	Karaté - Combat	Karaté	Pour tous	Salle 2
	20h30-21h30	Combat - Kickboxing/ Boxe/ AMM	Kickboxing/ Boxe/ AMM	Pour tous	Salle 1
MERCREDI	18h00-18h50	Karaté - Débutant	Karaté	Parents-Enfants	Salle 2
	18h00-18h50	Boxe - Débutant	Boxe	Parents-Enfants	Ring
	18h00-18h50	Spécialisation (Sessions)	Karaté	Pour tous	Salle 1
	19h00-20h00	Karaté - Verte & plus	Karaté	Ados-Adultes	Salle 2
	20h00-21h00	Karaté - Kata avancés	Karaté	Ados-Adultes	Salle 2
JEUDI	18h00-18h50	Boxe - Intermédiaire	Boxe	Pour tous	Salle 1
	18h00-19h20	Karaté - Intermédiaire/ Jaune & plus	Karaté	Pour tous	Salle 2
	19h00-19h50	Autodéfense	Autodéfense	Pour tous	Salle 1
	19h30-20h30	Kickboxing/ Pour tous	Kickboxing	Pour tous	Salle 2
	20h30-21h30	Combat - Kickboxing/ Boxe/ AMM	Kickboxing/ Boxe/ AMM	Ados-Adultes	Salle 1
VENDREDI	18h00-18h50	Boxe - Enfants	Boxe	Enfants	Ring
	18h00-18h50	Karaté - Combat/ Débutant	Karaté	Enfants	Salle 2
	18h00 19h30	JiuJitsu brésilien - Avancé/ Gi & No Gi	Grappling	Ados-Adultes	Salle 2
	19h00-20h00	Karaté - Combat/ Avancé	Karaté	Ados-Adultes	Salle 1
SAMEDI	8h45-9h15	Mini-Ninja / Groupe 1	Karaté	3-5 ans	Ring
	9h20-9h50	Mini-Ninja / Groupe 2	Karaté	4-5 ans	Ring
	10h00-10h50	Karaté - Débutant	Karaté	Parents-Enfants	Salle 2
	10h00-10h50	JiuJitsu brésilien - Débutant/ Gi	Grappling	Parents-Enfants	Salle 2
	11h00-11h50	Arts martiaux mixtes/ Gi	Kudo	Ados-Adultes	Salle 1
	11h00-12h30	Karaté - Intermédiaire/Jaune & plus	Karaté	Pour tous	Salle 2
DIMANCHE	9h30-12h00	Cours spéciaux	Toutes disciplines	Sur invitation	Salle 2
	10h00-10h50	Boxe - Débutant	Boxe	Parents-Enfants	Salle 1
	11h00-11h50	Boxe - Intermédiaire	Boxe	Pour tous	Salle 1
	12h00-12h50	Boxe - Sparring	Boxe	Sur invitation	Salle 1