

HORAIRE D'ÉTÉ KARATÉ en vigueur à partir du 25 juin 2018

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | HRS | SAMEDI |
|---|---|---|--|--|-------------------------|--|
| | | | | | 8h30 | Parents – Enfants Karaté Blanche – Violette Yvan Louis / Noah |
| 17h00 Cardio Boot Camp Marie-Anne | 17h15 Bout'choux Noah et Stéphanie | | | | 9h30 | Adultes Karaté Ceintures mixtes Yvan |
| | | | | | 9h30 | Bout'Choux Stéphanie\Noah\Catherine |
| 18h30 Enfants Karaté Blanche à Violette Thierry 18h30 Adultes Karaté Ceintures mixtes Yvan | 18h00 Enfants Karaté Blanche à Violette Noah / Stéphanie 18h00 Adultes Ceintures mixtes Yvan | 18h30 Adultes Karaté Ceintures mixtes Simon 18h30 Enfants Karaté Couleurs mixtes Louis 18h00 Semi Alexandre B. | 18h00 Enfants Karaté Blanche à Violette Louis 18h00 Adultes Ceintures mixtes Yvan | 18h00 Enfants Karaté Ceintures mixtes Alex B. 18h00 Parents Karaté Ceintures mixtes Josée | 10h30 | Enfants Karaté Ceintures mixtes Élise / Olivier Parents Karaté Yvan |
| 19h30 Adultes Karaté Ceintures mixtes Thierry | 19h15 Enfants Karaté Bleue à Brune Noah / Stéphanie 19h15 Adultes Karaté Ceintures mixtes Yvan | 19h30 Semi Simon | 19h15 Enfants Karaté Bleue à Brune William et Stéphanie 19h15 Adultes Karaté Ceintures mixtes Alex B. | | 11h30 | Enfants Karaté Bleue - Brune Noah Adultes Karaté Brune - Noire Yvan |
| 20h30 Semi Yvan | | | 20h15 Combat Alex B | | 12h45 ----- 13h45 | Cours de combat ----- Cours de bô et open |



Studio Unis de L'Ancienne-Lorette

7050 Boul. Wilfrid-Hamel Ouest

Québec

Québec

G2G 1B5

Tél. : 418-871-7545

Courriel : ancienlorette@studiosunis.com

Nick Cerio's Kenpo

Auto-défense

Cours : Groupe, Semi privé et Privé

Suivez-nous sur notre page Facebook :

Studios Unis de L'Ancienne-Lorette

HORAIRE D'ÉTÉ BOXE ET YOGA à partir du 25 juin 2018 (418-871-7545)

| HRS | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | HRS | SAMEDI |
|--------------|--|--|--|--|-----------------|-------------|-------------------------------------|
| 17h00 | 17h15 Groupe ouvert Charles | | Entraînement Libre Boxe 17h00 | | | 8h30 | Groupe ouvert Dave |
| 18h00 | 18h30 Groupe ouvert Thierry | 18h00 Groupe ouvert Mathieu | 18h00 Groupe ouvert Pierre-Olivier | 18h00 Groupe ouvert David | | | |
| 18h15 | | | | | | 9h30 | Groupe ouvert Dave |
| 19h15 | | Groupe ouvert Mathieu | YOGA Audrey 19h30 | | | | |