



Studios Unis Beauce
 17118, Boul. Lacroix
 St-Georges(Québec) G5Y 8G9
 Tél.: 418-228-1441

Débutant:

Blanche-Jaune
 Orange

Intermédiaire:

Violette
 Bleue-Verte

Avancé:

Brune-Noire

HORAIRE DE JOUR

HEURES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
6h00		<u>Boxe Cardio</u>		<u>Boxe Cardio</u>	
7h45					<u>Karaté</u> Ados / Adultes Brune/Noire
9h00					<u>Karaté</u> Enfants Blanche à Orange 6 à 12 ans
10h05					<u>Karaté</u> Ados / Adultes Toutes ceintures <u>Karaté</u> Enfants 6 à 12 ans Blanche à Verte
11h10					<u>Karaté enfants</u> 6 à 7 ans Blanche-Jaune-Orange <u>Karaté enfants</u> 8 à 12 ans Violette à Brune
12h00	<u>Boxe cardio</u>		<u>Boxe cardio</u>	<u>Boxe cardio</u>	<u>12h15</u> Kata armé Coups pieds sautés Bo et Kama

HORAIRE DE SOIR

HEURES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
16h30		<u>Boxe Cardio</u>		<u>Boxe Cardio</u>
18h00	<u>Karaté</u> Enfants 6 à 12 ans Blanche à Orange	<u>Karaté</u> Enfants 6 à 12 ans Orange à Brune	<u>Karaté</u> Enfants 6 à 12 ans Blanche à Orange	<u>Karaté</u> Enfants 6 à 12 ans Orange à Brune
19h05	<u>Karaté</u> Ados / Adultes Toutes ceintures <u>Karaté</u> Enfants 8 à 13 ans Blanche à Bleue	<u>Karaté</u> Ados 12-17 ans Bleue à Noire	<u>Karaté</u> Ados / Adultes Toutes ceintures <u>Karaté</u> Enfants 8 à 13 ans Blanche à Bleue	<u>Karaté</u> Ados 12-17 ans Bleue à Noire
20h10	<u>Boxe cardio</u> Avancé et Débutant	<u>Boxe cardio</u> Avancé et Débutant	<u>Boxe cardio</u> Avancé et Débutant	<u>Boxe cardio</u> Avancé et Débutant