

STUDIOS UNIS LAVAL

En vigueur à compter du 27 janvier 2025.

À noter que l'horaire peut être modifié.



Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
17h30 / 18h15 Débutants Juniors 6-12 ans Blanche à violette	17h30 / 18h15 Boxe Juniors 8-12 ans	17h30 / 18h15 Débutants Juniors 6-12 ans Blanche à violette	Cours privé	9h00 / 9h45 Débutants Juniors 6-12 ans Blanche à violette
18h15 / 19h00 Intermédiaires – Avancés 6-12 ans Bleue et +	18h30 / 19h30 Cardio Fit Boxe Ados / Adultes	18h15 / 19h00 Intermédiaires – Avancés 6-12 ans Bleue et +	18h30 / 19h30 Équipe Cerio Kata	9h45 / 10h30 Intermédiaires – Avancés 6-12 ans Bleue et +
19h05 / 20h00 Karaté Ados / Adultes Toutes ceintures	19h35 / 20h30 Ceintures noires	19h05 / 20h00 Karaté Ados / Adultes Toutes ceintures	19h30 / 20h30 Équipe Cerio Combat	10h35 / 11h20 Karaté Parents / Enfants Toutes ceintures
20h05 / 21h00 Boxe récréative Ados/Adultes	Cours privé	20h05 / 21h00 Boxe récréative Ados/Adultes	Cours privé	11h30 / 12h15 Karaté Adapté

- Veuillez arriver 5 - 10 minutes avant le cours
- Veuillez remettre votre carte de présence à l'instructeur
- Hygiène personnel et vêtements propres en tout temps

- Enlevez tous vos bijoux avant le cours
- Laissez vos objets de valeurs dans votre auto
- Enlevez vos souliers et bottes à l'entrée