

# HORAIRE STUDIOS UNIS LAVAL-OUEST

En vigueur à partir du 13 mai 2025

A noter que l'horaire peut être modifié

---

<b>Mardi</b>	-	<b>Karaté juniors 5-12 ans (Toutes ceintures)</b>	<b>17 :30</b>
	-	<b>Ados/adultes 13 ans et +</b>	<b>18 :30</b>
	-	<b>Boxe ados/adulte (Conditionnement)</b>	<b>19 :30</b>
<hr/>			
<b>Mercredi</b>	-	<b>Karaté juniors 5-12 ans (Toutes ceintures)</b>	<b>17 :30</b>
	-	<b>Semi-privé kata</b>	<b>18 :30</b>
	-	<b>Semi-privé combat</b>	<b>19 :30</b>
<hr/>			
<b>Jeudi</b>	-	<b>Karaté juniors 5-12 ans (Toutes ceintures)</b>	<b>17 :30</b>
	-	<b>Ados/adultes 13 ans et +</b>	<b>18 :30</b>
	-	<b>Boxe ados/adulte (Technique)</b>	<b>19 :30</b>
<hr/>			
<b>Vendredi</b>	-	<b>Équipe Cerio kata</b>	<b>18 :30</b>
	-	<b>Équipe Cerio combat</b>	<b>19 :30</b>
<hr/>			
<b>Samedi</b>	-	<b>Boxe parents-enfants</b>	<b>9 :00</b>
	-	<b>Karaté juniors 5-12 ans</b>	<b>9 :45</b>
	-	<b>Karaté famille</b>	<b>10 :30</b>
	-	<b>Karaté adapté</b>	<b>11 :30</b>

---

## Renseignements supplémentaires

Veillez arriver 5-10 minutes avant le cours.

Enlevez vos souliers et/ou bottes à l'entrée.

Hygiène personnel et vêtements propres en tout temps.

Enlevez vos bijoux avant le cours.

Laissez vos objets de valeurs dans vos autos.