

HORAIRE STUDIOS UNIS LAVAL-OUEST

En vigueur à partir du 25 août 2025

A noter que l'horaire peut être modifié

Mardi	- Karaté juniors 5-12 ans (Ceinture blanche à violette)	17 :30
	- Karaté juniors 5-12 ans (Ceinture bleue et +)	18 :15
	- Karaté ados/adultes (13 ans et +)	19 :05
	- Boxe ados/adulte (Conditionnement)	20 :05
Mercredi	- Boxe juniors (8 à 12 ans)	17 :30
	- Semi-privé kata	18 :30
	- Semi-privé combat	19 :30
Jeudi	- Karaté juniors 5-12 ans (Ceinture blanche à violette)	17 :30
	- Karaté juniors 5-12 ans (Ceinture bleue et +)	18 :15
	- Karaté ados/adultes (13 ans et +)	19 :05
	- Boxe ados/adulte (Technique)	20 :05
Vendredi	- Équipe Cerio kata	18 :00
	- Équipe Cerio combat	19 :00
	- Ceintures noires	20 :00
Samedi	- Boxe parents-enfants	9 :00
	- Karaté juniors 5-12 ans	9 :45
	- Karaté famille	10 :30
	- Karaté adapté	11 :30

Renseignements supplémentaires

Veuillez 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.