



STUDIOS UNIS DE ST-JEAN-CHRYSTOSTOME

stjean@studiosunis.com
facebook.com/studiosunisstjean

Horaire valide à partir du 25 août 2025



HORAIRE KARATÉ							
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		SAMEDI
11h00					Ados/Adultes Tous les niveaux	8h00	Boutchoux (3-4 ans) 30 minutes
12h00	Ados/Adultes Tous les niveaux		Ados/Adultes Tous les niveaux			8h40	Apprentis-ninjas (5-6 ans) 50 minutes
17h00		Semi-privé karaté Sur réservation	Apprentis-ninjas (5-6 ans) 50 minutes	Tous âges Brune et noire	Semi-privé karaté Sur réservation	9h30	Enfants (7-13 ans) Blanche à bleue
18h00	Enfants (7 à 13 ans) Blanche à violette	Enfants (7 à 13 ans) Bleue et +	Parents-enfants Blanche à violette	Enfants (7 à 13 ans) Blanche à violette	Parents-enfants Tous les niveaux	10h30	Combat * Ouvert à tous
	Ados/Adultes Blanche à violette	Ados/Adultes Bleue et +		Ados/Adultes Blanche à violette		11h30	Enfants (7 à 13 ans) Bleue et +
19h00	Enfants (7 à 13 ans) Bleue et +	Bô - Intermédiaire Sur réservation	Bô - Avancé Sur réservation	Enfants (7 à 13 ans) Bleue et +	Semi-privé karaté Sur réservation	12h30	Ados/Adultes Verte et +
	Ados/Adultes Bleue et +			Ados/Adultes Bleue et +		13h30	Bô - Débutant Sur réservation
20h00		Ados/Adultes Tous les niveaux	Ados/Adultes Tous les niveaux	Ados/Adultes Tous les niveaux			TEAM CERIO SJC Équipe de compétition

BÔ: non-inclus dans le programme de groupe. Frais supplémentaires à prévoir

Combat: équipement de protection requis

HORAIRE CARDIO-BOXE (14 ANS ET +)							
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		SAMEDI
12h00		Ados/Adultes Tous les niveaux			Ados/Adultes Tous les niveaux	12h30	Ados/Adultes Max 12* Réservation
17H00	Ados/Adultes Tous les niveaux				Ados/Adultes Max 12* Réservation		
19h00		Ados/Adultes Max 12* Réservation	Ados/Adultes Max 12* Réservation				
20h00	Ados/Adultes Tous les niveaux						