

STUDIOS UNIS ST-JÉRÔME

En vigueur à compter du 2 septembre 2025



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Cours privé et semi-privé sur demande	Cours privé et semi-privé sur demande	Cours privé et semi-privé sur demande	Cours privé et semi-privé sur demande	Cours privé et semi-privé sur demande	8h30 à 9h Bout choux/parent 4 à 6 ans
		FitBoxe 10h à 11h			9h à 10h30 Karaté/Kosho Cours avancés
		Karaté Adultes 11h à 12hr			10h30 à 11h30 Karaté 7 ans et +
18h à 18h30 Bout choux 4-6 ans	18h00 à 19h Juniors 6 à 12 ans	18h à 18h30 Bout choux 4-6 ans	18h00 à 19h Karaté 7 ans et +	18h à 19h Équipe compétition Team Cério	11h30 à 12h30 Boxe 6 ans et + Combat Karaté
18h30 à 19h30 Boxe / Kickboxing 13 ans et +	19h à 20h Karaté Adultes 12+ (blanche a bleue)	18h30 à 19h30 Karaté 7 ans et +			
19h30 à 20h30 Adultes 12+/Auto- Défense		19h30 à 20h30 Boxe / Kickboxing 13 ans et +			

Veuillez arriver 5 - 10 minutes avant le cours

- Hygiène personnel et vêtements propres en tout temps
- Laissez vos objets de valeurs dans votre auto

- Enlevez tous vos bijoux avant le cours
- Enlevez vos souliers et bottes à l'entrée