

STUDIOS UNIS NDL / LAC-ST-CHARLES

418-841-0213 – ndl@studiosunis.com (15 juin au 5 septembre 2026)

HORAIRE ÉTÉ KARATÉ NDL							
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		SAMEDI
12:00						9:00 (45 min)	<i>Bout'choux</i>
17:20 (30 min)			<i>Bout'choux</i>			10:00	<i>Jeunes Tous</i> <i>Adultes Tous</i>
18:00	<i>Jeunes Tous</i> <i>Adultes Blanche-verte</i>	<i>Jeunes Tous</i> <i>Combat Jeunes (3)</i>	<i>Jeunes Tous</i> <i>Adultes Blanche-verte</i>	<i>Jeunes Tous</i>	<i>Test de ceinture</i> <i>dernier vendredi du mois</i>	11:00	<i>Combat Tous⁽³⁾</i>
19:00	<i>Adultes brune et noire</i>	<i>Combat Adultes (3)</i>	<i>Adultes brune et noire</i>	<i>Adultes Tous</i>			
HORAIRE ÉTÉ BOXE, CARDIOKICK NDL							
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		SAMEDI
18:00		<i>Cardiokick</i>		<i>Cardiokick</i>		9:00	<i>Cardiokick</i>
19:00	<i>Boxe</i>	<i>Combat Tous</i>	<i>Boxe</i>	<i>Kickboxing</i>		11:00	

(1) Cours débutants = ceintures *blanches à mauves*

(2) Cours intermédiaires et plus = ceintures *bleues à noires*

(3) Coût de 10\$/cours spécialisé payable au bureau avant le début du cours