



867, St-René ouest, Gatineau, QC J8T 7X6

819 568-4545 • 819 209-2871

www.larouchekarate.com • larouchekarate@gmail.com • Suivez-nous sur

T.P.S. :131039216 / T.V.Q. :1011012619

286236619 Inc.



*****DU 2 JUILLET AU 30 AOÛT 2019*****

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7h00 à 17h30	CAMP DE JOUR						
12h00 à 13h00	CrossTraining MIDI		CrossTraining MIDI		CrossTraining MIDI		
17h15 à 18h15	CrossTraining	CrossTraining	CrossTraining	CrossTraining	CrossTraining 16h30 À 17h30		
18h30 à 19h30	CrossTraining Vers le podium KATA ÉLITE	CrossTraining Vers le podium KUMITE ÉLITE Karaté Enfant 4 à 11 ans	CrossTraining Vers le podium KUMITE ÉLITE	CrossTraining Vers le podium KATA ÉLITE Karaté Enfant 4 à 11 ans			
19h45 à 21h	Karaté 12 ans et + KUMITE	Karaté 12 ans et + KATA/BUNKAI	Karaté 12 ans et + KATA/KION	Karaté 12 ans et + KUMITE			

HEURES D'OUVERTURE :

Lundi et mercredi

12h à 13h et 17h à 21h

Samedi

Fermé

Mardi et Jeudi

17h à 21h

Dimanche

Fermé

Vendredi

12h à 13h

16h à 17h

CAMP DE JOUR

Lundi au vendredi entre 7h et 17h30