Le SAMOURAI, Karaté-Club de Hettange-Grande, à la salle Blondin de Hettange-Grande Soetrich

Horaires pour septembre 2020

LUNDI

Heure	Cours
	Cours enfants:
	Kids nés en 2015 et 2016 * > 4 ans Dragons nés en 2014 Tigres nés en 2013 Kamikazes nés en 2012 Ninjas nés en 2011 Samourais nés en 2010 et en 2009 Minimes nés en 2008 et 2007
17 h 00 à 17 h 15 mise en place salle	
17:15 18:15	**Cours Enfants** Kids (2015) Groupe 2 S. Eberhart et M. Bortolon
18:30 19:45	**Adultes** semaine A : ceintures Noires semaine B: ceintures blanches à blanche-noires M. Bortolon et M. Martins
19 h 45 - 19 h 55 rangement tatami	

Pour nous contacter :

03.82.84.38.25
E-mail: kc.het@live.fr
Site: www.karatehettangegrande.fr

MERCREDI

Heure	Cours
10 h 00 à 10 h 30 montage tatami	
10:30 12:00	**Cours karaté adapté** par cycle trimestriel M. Martins
13:15 14:15	**Cours Enfants** Kamikazes, Ninjas et Samouraïs M. Martins
14:30 15:30	**Katas artistiques** à partir de Ninjas S. Eberhart
15:45 16:45	**Cours Enfants** Kids Groupe 1 (2015 et 2016) S. Eberhart
17:00 18:30	**Cours Enfants** Dragons (2014) Tigres (2013) A. Wolter
18 h 30 à 18 h 45 rangement tatami	

JEUDI

Heure	Cours
18 h 00 à 18 h 30 mise en place salle	
18:30 19:30	**Samourais et Minimes** M. Bortolon et M. A-Abbas
19:30 20:30	**Adultes groupes 1 et 2** en extérieur A. Wolter et A. Edelwein
20:30 21:30	**Adultes groupe 1** Tous grades M. Martins
21 h 45 à 22 h 15 rangement tatami	

VENDREDI

Heure	Cours
	Cours adultes:
	Cadets nés en 2006 et 2005 Juniors nés en 2004 et 2003 Adultes à partir de 2002
17 h 00 à 17 h 30 montage tatami	
17:30 18:30	**Cours perfectionement** / Cours katas artistiques
18:45 19:45	**Cours enfants** Tigres (2013), Kamikazes (2012) et Ninjas (2011) A. Wolter
20:00 21:15	**Minimes** **et Adultes groupe 2** Cours katas A. Wolter
21 h 15 à 21 h 45 rangement tatami	