

KEN ZEN, saison 2023/2024

Lundi		Karaté compétiteurs N4 18h30/19h45 de 8 ans à 11 ans	Cours libres et compétiteurs N5 19h45/21h15	
Mardi			Karaté traditionnel 19h30/20h45 à partir de 11 ans	Karaté traditionnel grade 20h45/21h45 à partir de ceinture marron et 16 ans
Mercredi	Karaté débutants N1/2 17h30/18h30 De 8 ans à 11 ans	Karaté confirmés N3 18h30/19h45 de 8 ans à 11 ans	Karaté compétiteurs N4 19h45/21h00 à partir de 10 ans	
Jeudi			Karaté traditionnel 19h30/20h45 à partir de 11 ans	Karaté traditionnel grade 20h45/21h45 à partir de ceinture marron et 16 ans
Vendredi	Karaté intermédiaires N2/3 17h30/18h30 de 7 à 11 ans	Karaté compétiteurs N3/4 18h30/19h45 de 8 ans à 11 ans		
Samedi	Karaté débutants N1/2 10h00/11h00 De 8 ans à 11 ans	Karaté débutants N1 11h00/12h00 jusqu'à 7 ans inclus	Karaté compétiteurs N5 15h00/17h00 à partir de 12 ans	
Dimanche	Cours libre 10h00/11h30			