

PLANNING KARATÉ - BODY DÉFENSE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Karaté cours enfants 5-8 ans			17h30-18h30			
Karaté cours enfants > 8 ans	18h30-19h30		18h30 19h30			
Karaté cours adolescents , adultes >= 12 ans	19h30-21h00		19h30-21h00			
Karaté cours âge d'Or		11h00-12h00		10h00-11h30		
Karaté cours compétition kumité (tous les 15 jours)				18h00-19h00		
Karaté cours compétition kata				20h00-21h00		
Karaté cours défense				18h30-20h00		
Body Karaté		19h30-20h30				
ENSEIGNANTS	GRADE	COURS				
Stéphane VASIQUE (professeur)	5 ^{ème} DAN	L'Σ des cours				
Claude VASIQUE (professeur âge d'Or)	3 ^{ème} DAN	L'Σ des cours				
Marie-Christine VASIQUE (assistante)	3 ^{ème} DAN	Cours enfants				
Anne-Marie DA SILVA (assistante)	3 ^{ème} DAN	Cours enfants, cours Karaté Défense				
Sébastien PELOTTE (assistant)	2 ^{ème} DAN	Cours enfants				