KARATE CLUB DE NEUILLY-SUR-SEINE **Planning Saison 2025-2026**

		Lundi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Mini-Karaté **Enfants 4-6 ans** (nés en 2019 à 2021)	Tous niveaux		**14h00-14h45**			**14h00-14h45**
Enfants **Enfants 7-11 ans** (nés en 2014 à 2018)	Cycle 1 (ceinture blanche à demi-jaune)		**14h45-15h45**			**14h45-15h45**
	Cycle 2 (à partir de ceinture jaune)		**15h45-16h45**			**15h45-16h45**
Ados **12-16 ans** (nés en 2009 à 2013)	Cycle 1 (de ceinture blanche à demi-orange)		**17h15-18h15**			**12h00-13h00**
	Cycle 2 (à partir de ceinture orange)		**18h15-19h15**		**19h30-20h30**	
	Adultes (à partir de 17 ans)					
Traditionnel adultes	Tous niveaux	**19h30-21h00**	**19h30-21h00**	**12h30-13h30**		
	Techniques avancées					**09h15-10h30**
Féminines	Karaté appliqué / Self-défense					**10h30-12h00**

Tous les cours se déroulent au **Complexe sportif Koenig – 23 boulevard du Général Koenig 92200 NEUILLY-SUR-SEINE**