

Fall-2024

NUNS' ISLAND
J.K.A. SHOTOKAN
KARATE CLUB



CLUB DE KARATÉ
J.K.A. SHOTOKAN
DE L'ÎLE-DES-SOEURS

Summer session will end on August 31st
Fall session: September 3rd to November 9th

Tuesday	Thursday	Saturday
18:30-19:20 (Warmup 18:15)	18:30-19:20 (Warmup 18:15)	10:30-11:30 (Warmup 10:15)
White/Yellow/Orange (Green & up) *	White/Yellow/Orange (Green & up) *	Green to Black (White/Yellow to Orange) *
19:30-20:30 (Warmup 19:15)	19:30-20:30 (Warmup 19:15)	11:30-12:00
Green to Black (White/Yellow to Orange) *	Green to Black (Waza & Bunkai)	Brown & Black
20:30-21:00 Brown & Black	<i>(Extra or replacement classes)*</i>	

Automne 2024

Mardi	Jeudi	Samedi
18:30-19:20 (Échauffement 18:15)	18:30-19:20 (Échauffement 18:15)	10:30-11:30 (Échauffement 10:15)
Blanc/Jaune/orange (vert) *	Blanc/Jaune/Orange (vert) *	Vert à Noir (Blanc/jaune à l'orange) *
19:30-20:30 (Échauffement 19:15)	19:30-20:30 (Échauffement 19:15)	11:30-12:00
Vert à Noir (Blanc/jaune à l'orange) *	Vert à Noir (Waza & Bunkai)	Brun et Noir
20:30-21:00 Brun et Noir	<i>(Classes supplémentaires ou de remplacement) *</i>	