



# Karaté Grenoble Hoche

Centre Sportif Hoche - 7 rue François Raoult - 38000 Grenoble

Mr Di Fonzo Antoine : Portable : 06 12 14 01 70

Site : [www.grenoblekarate.com](http://www.grenoblekarate.com) email : [karatehoche@free.fr](mailto:karatehoche@free.fr)

Facebook : karaté Grenoble hoche



## HORAIRES 2024-2025 - INSCRIPTION TOUTE L'ANNEE DES 3 ANS

### Section Enfants & Ados - Reprise : Mardi 3 SEPTEMBRE 2024

Entraînements		Ages	Horaires	Salles
Mardi		6 – 10 ans	18h00 à 19h00	1er étage à droite
Mardi		10 ans et plus	19h00 à 20h00	1er étage à droite
Mercredi	dès 3 ANS !	3 - 6 ans	14h00 à 14h45	1er étage à droite
Mercredi		6 – 10 ans	18h00 à 19h00	1er étage à droite
Mercredi		10 ans et plus	19h00 à 20h00	1er étage à droite
Samedi	dès 3 ANS !	3 - 5 ans	14h00 à 14h45	RDC à gauche
Samedi		6 ans -9 ans	14h45 à 15h45	RDC à gauche
Samedi		10 ans et plus	15h45 à 16h45	RDC à gauche
Samedi		A partir de 6 ans (compétiteur/combat)	14h45 à 16h00	1er étage à droite

### Section Adultes & Ados – Reprise : Mardi 10 SEPTEMBRE 2024

Entraînements	Cours	Horaires	Salles
Mardi	Karaté Traditionnel	20h00 à 21h30	1er étage a droite
Mercredi	Karaté Combat	20h00 à 21h30	1er étage à droite
Mercredi	Self défense	20h00 à 21h30	RDC à gauche
Vendredi	Karaté Traditionnel	20h00 à 21h30	RDC à gauche
Vendredi	Karaté Combat	20h00 à 21h30	RDC à gauche
Samedi	Entrainement libre	12h00 à 13h30	RDC à gauche

Entraînements au Centre Sportif Hoche - 7 rue François Raoult - 38000 Grenoble