



# Pierre Souquet

## Mardi

Catégories	Type d'entraînement	Heures
De 5 à 8 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	17h30 – 18h30
De 9 à 12 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	18h30 – 19h30
13 et +	Conventionnel, suivant le plan de cours.	19h30 – 20h30
Tous public	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entraînement Libre</li> <li>• Rattrapage</li> <li>• Préparation passage de grade</li> <li>• Préparation Compétition.</li> <li>• Stages</li> </ul>	20h30 – 21h30

## Vendredi

Catégories	Type d'entraînement	Heures
De 5 à 8 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	17h30 – 18h30
De 9 à 12 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	18h30 – 19h30
13 et +	Conventionnel, suivant le plan de cours.	19h30 – 20h30

### Contact :

[asmvf.karate@gmail.com](mailto:asmvf.karate@gmail.com)

- Mohamed AMRI / 06 05 24 71 08
- Mohammed DAHBI / 06 25 37 73 19
- Mohcine Hmimou / 06 50 09 96 54

# Félicien Dantan



## Mercredi

Catégories	Type d'entraînement	Heures
De 5 à 8 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	17h30 – 18h30
De 9 à 12 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	18h30 – 19h30
13 et +	Conventionnel, suivant le plan de cours.	19h30 – 20h30
Tous public	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entraînement Libre</li> <li>• Rattrapage</li> <li>• Préparation passage de grade</li> <li>• Préparation Compétition.</li> <li>• Stages</li> </ul>	20h30 – 21h30

### Contact :

- [asmvf.karate@gmail.com](mailto:asmvf.karate@gmail.com)
- Mohamed AMRI / 06 05 24 71 08
- Mohammed DAHBI / 06 25 37 73 19
- Mohcine Hmimou / 06 50 09 96 54

## Samedi

Catégories	Type d'entraînement	Heures
De 5 à 8 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	15h30 – 16h30
De 9 à 12 ans	Conventionnel, suivant le plan de cours.	16h30 – 17h30
13 et +	Conventionnel, suivant le plan de cours.	17h30 – 18h30

## Dimanche

Catégories	Type d'entraînement	Heures
Tous public	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Libre</li> <li>• Rattrapage</li> <li>• Préparation passage de grade</li> <li>• Préparation Compétition</li> <li>• Stages</li> </ul>	09h30 – 12h00