

DOUVVRIS

Karate • Fitness • Leadership



COVID-19 Class Schedule Horaire de Classes COVID-19

**PAR RENDEZ-VOUS SEULEMENT
BY APPOINTMENT ONLY**

Horaire sujet à changement

Schedule is subject to change

Lundi Monday	Mardi Tuesday	Mercredi Wednesday	Jeudi Thursday	Vendredi Friday	Samedi Saturday
		11:30 – 12:15 Cardio Kick-Boxing		11:30 – 12:15 Cardio Kick-Boxing	9:00 – 9:45 Cardio Kick-Boxing
5:15 – 6:00 Blanc à Orange White to Orange	5:15 – 5:45 Tykes	5:15 – 6:00 Blanc à Orange White to Orange	5:15 – 5:45 Tykes	5:15 – 5:45 Tykes	9:45 – 10:15 Tykes
6:00 – 6:45 Vert à Noir Green to Black	5:45 – 6:30 Blanc à Orange White to Orange	6:00 – 6:45 BBM	5:45 – 6:30 Blanc à Orange White to Orange	5:45 – 6:30 Blanc à Orange White to Orange	10:15 – 11:00 Blanc à Orange White to Orange
6:45 – 7:30 Bleu à Noir Blue to Black	6:30 – 7:15 Vert à Noir Green to Black	6:45 – 7:30 BBM	6:30 – 7:15 Noir Black	6:30 – 7:15 Orange à Bleu Orange to Blue	11:00 – 11:45 Bleu à Noir Blue to Black
7:30 – 8:15 Noir Black	7:15 – 8:00 Bleu à Noir Blue to Black	7:30 – 8:15 BBM	7:15 – 8:00 Cardio Kick-Boxing	7:15 – 8:00 Vert à Noir Green to Black	11:45 – 12:30 Orange à Bleu Orange to Blue
8:15 – 9:00 Cardio Kick-Boxing	8:00 – 8:45 Cardio Kick-Boxing	8:15 – 9:00 Cardio Kick-Boxing		8:00 – 8:45 Cours libre Open Class	



819-682-0404

61 Rue. Symmes St. (Aylmer)
www.douvrissaylmer.com

61 Symmes Street, Gatineau, Quebec CANADA J9H 3J8
Tel. (819) 682-0404 Fax
info@douvrissaylmer.com

