



HORAIRE D'ENTRAINEMENT KC LINTGEN (2021 - 2022)



Jour	Horaire	Nom	Catégorie	Entraîneur	Salle
Lundi	17:10 - 17:50	Panda 1	Baby Karate (3 à 4 ans)	Henry Noemie - Keserovic Muamer	Dojo 2
	17:50 - 18:30	Panda 2	Baby Karate (3 à 4 ans)	Henry Noemie - Keserovic Muamer	Dojo 2
	17:30 - 18:30	Prépa physique	Cadre compétiteur Kata (10 ans et +14 ans)	Henry Jean-Claude	Dojo 1
	18:30 - 19:30	Kata	Cadre compétiteur Kata (10 ans et +14 ans)	Henry Jean-Claude	Dojo 2
	18:30 - 19:30	Aerial yoga	Adultes (à partir de 18 ans)	Henry Noemie	Dojo 1
	19:30 - 20:30	Aerial yoga	Adultes (à partir de 18 ans)	Henry Noemie	Dojo 1
	19:30 - 20:30	Top Fit	Entraînement Fonctionnel - Adultes (à partir de 18 ans)	Henry Jean-Claude	Dojo 2
Mardi	15:00 - 16:00	Dragon	Enfants Débutants & Moyens (8 à 11 ans) Blanche	Amorelli Calogero	Dojo 1
	16:00 - 17:00	Loup	Enfants Moyens (8 à 11 ans) Blanche-Jaune à Jaune	Amorelli Calogero	Dojo 1
	16:00 - 16:45	Tigre Mini	Enfants Débutants (5 à 7 ans) Blanche	Henry Noemie	Dojo 2
	16:45 - 17:30	Tigre Maxi	Enfants Débutants (5 à 7 ans) Blanche	Henry Noemie	Dojo 2
	17:00 - 18:00	Kata	Cadre compétiteur Kata (8 à 11 ans)	Amorelli Calogero	Dojo 1
	17:30 - 18:30	Lion	Enfants Moyens (6 à 7 ans) Blanche avec barettes I/II/III	Henry Noemie	Dojo 2
	18:30 - 19:30	Kata	Cadre compétiteur Kata (+12 ans)	Diogo Sylvie - Henry Noemie	Dojo 1
	19:30 - 20:30	Samourai	Adolescents et Adultes (à partir de 12 ans)	Diogo Sylvie - Henry J-C	Dojo 1
Mercredi	18:30 - 19:30	Ninja	Enfants et Adolescents de Jaune à Bleue (à partir de 8 ans)	Petry Kevin	Dojo 2
	19:30 - 20:30	Kata	Cadre compétiteur Kata (+14 ans)	Henry Jean-Claude	Dojo 1
	18:30 - 19:30	Zumba	Toning - Adolescents et Adultes	Nadine Schroeder	Hall
Jeudi	15:00 - 16:00	Dragon	Enfants Débutants & Moyens (8 à 11 ans) Blanche	Amorelli Calogero	Dojo 1
	16:00 - 17:00	Loup	Enfants Moyens (8 à 11 ans) Blanche-Jaune à Jaune	Amorelli Calogero	Dojo 1
	16:00 - 16:45	Tigre Mini	Enfants Débutants (5 à 7 ans) Blanche	Henry Noemie	Dojo 2
	16:45 - 17:30	Tigre Maxi	Enfants Débutants (5 à 7 ans) Blanche	Henry Noemie	Dojo 2
	17:00 - 18:00	Kata	Cadre compétiteur Kata (8 à 11 ans)	Amorelli Calogero	Dojo 1
	17:30 - 18:30	Lion	Enfants Moyens (6 à 7 ans) Blanche avec barettes I/II/III	Henry Noemie	Dojo 2
	18:30 - 19:30	Kata	Cadre compétiteur Kata (+12 ans)	Diogo Sylvie - Henry Noemie	Dojo 2
	18:30 - 19:30	Top Fit	Entraînement Fonctionnel - Adultes (à partir de 18 ans)	Henry Jean-Claude	Dojo 1
	19:30 - 20:30	Aerial yoga	Adultes (à partir de 18 ans)	Henry Noemie	Dojo 1
	19:30 - 20:30	Samourai	Adolescents et Adultes (à partir de 12 ans)	Diogo Sylvie - Henry J-C	Dojo 2
Vendredi	18:30 - 19:30	Ninja	Enfants et Adolescents de Jaune à Bleue (à partir de 8 ans)	Keserovic Muamer	Dojo 2
	18:30 - 19:30	Zumba	Toning - Adolescents et Adultes	Nadine Schroeder	Hall

REPRISE DES COURS : lundi 20 septembre 2021

Site internet : www.kclintgen.com

Henry Jean-Claude	7 ^{ième} Dan	dipl. d'Etat 3 ^{ième} degré, Entraîneur National Kata (02-07), membre du cadre national Kata (99-02)
Amorelli Calogero	2 ^{ième} Dan	dipl. d'Etat 1 ^{er} degré
Petry Kevin	2 ^{ième} Dan	dipl. d'Etat 1 ^{er} degré, membre du cadre national Kata
Henry Noemie	1 ^{er} Dan	dipl. d'Etat 2 ^{ième} degré, membre du cadre national Kata (04-08), dipl. Yinyoga et Aerial Yoga
Diogo Sylvie	1 ^{er} Dan	dipl. d'Etat 1 ^{er} degré
Keserovic Muamer	1 ^{er} Dan	dipl. d'Etat 1 ^{er} degré, membre du cadre national Kata (03-13)
Gonner Coleen	1 ^{er} Dan	dipl. d'Etat 2 ^{ième} degré, en remplacement
Karahasanovic Lejla	1 ^{er} Dan	dipl. d'Etat 1 ^{er} degré, en remplacement
Keserovic Amina	1 ^{er} Dan	dipl. d'Etat 1 ^{er} degré, en remplacement
Keserovic Amel	1 ^{er} Dan	dipl. d'Etat 1 ^{er} degré, en remplacement
Nadine Schroeder		Zumba Instructor

