



HORAIRE

KS/TERREBONNE

DÉBUT : 8 SEPTEMBRE 2026

LUNDI :

17h00 à 17h30
17h30 à 18h00
18h00 à 18h45
18h45 à 19h30
19h30 à 20h15

Ninjas - (préscolaire 3-4-5 ans)
Apprentis - (ceinture blanche à jaune - 6 à 11 ans)
CCN - (ceinture bleu et brune - 6 à 11 ans)
CDM - (ceinture noire junior)
CDM - (ceinture noire 1^{re} dan et plus)

MARDI :

17h15 à 18h00
18h00 à 18h45
18h45 à 19h30
19h45 à 20h30
20h30 à 21h00

Évolution - (ceinture jaune/orange à orange/verte - 6 à 11 ans)
Club Excellence - (ceinture verte et verte/bleu - 6 à 11 ans)
Ados/Adultes - (12 ans et plus - toutes ceintures)
Kickboxing Sportif - (12 ans et plus - toutes ceintures)
Kickboxing Sportif - Éducatif Combat - (12 ans et plus - toutes ceintures)

MERCREDI :

17h00 à 17h30
17h30 à 18h00
18h00 à 18h45
18h45 à 19h30
19h30 à 20h15

Ninjas - (préscolaire 3-4-5 ans)
Apprentis - (ceinture blanche à jaune - 6 à 11 ans)
Famille - (toutes ceintures)
CCN et CDM - Éducatif Combat - (ceinture - bleu - brune - noire - 6 à 11 ans)
CCN - (12 ans et plus) et **CDM** - (ceinture noire 1^{er} dan et plus)

JEUDI :

17h15 à 18h00
18h00 à 18h45
18h45 à 19h30
19h45 à 20h30
20h30 à 21h00

Évolution - (ceinture jaune/orange à orange/verte - 6 à 11 ans)
Club Excellence - Éducatif Combat - (ceinture verte et verte/bleu - 6 à 11 ans)
Ados/Adultes - (12 ans et plus - toutes ceintures)
Kickboxing Sportif - (12 ans et plus - toutes ceintures)
Kickboxing Sportif - Éducatif Combat - (12 ans et plus - toutes ceintures)

SAMEDI :

8h00 à 8h30
8h30 à 9h00
9h00 à 9h45
9h45 à 10h30
10h30 à 11h15
11h15 à 12h00
12h00 à 12h45

Ninjas - (préscolaire 3-4-5 ans)
Apprentis - (ceinture blanche à jaune - 6 à 11 ans)
Évolution - (ceinture jaune/orange à orange/verte - 6 à 11 ans)
Club Excellence - (ceinture verte et verte/bleu - 6 à 11 ans)
CCN - (ceinture bleu et brune)
CDM - (ceinture noire seulement)
Famille - (toutes ceintures)

LA RENTRÉE C'EST KARATÉ