



Cours supplémentaires pour le Kumite ou Kata *Compétition non obligatoire*

L'année 2013 reprendra avec de nouveaux défis et de nouveaux objectifs. Que vous fassiez de la compétition ou non ceci améliorera vos techniques en Kumite et en Kata Ceci vous donnera encore plus de confiance en vous.

Kumite

Ceci s'adresse aux ceintures Barres jaunes à ceintures Bleues 10 et plus

Tous les Vendredi à compter

Du 18 Janvier 2013 au 10 Mai 2013

De 6.00 A.M à 7.00 P.M

Le coût sera de \$90.00 tx incluses payable avant le 18 Janvier 2013

Instructeurs Chef Roch Guindon et son Assistant Denis Guindon

Kata

Tous les Lundis à compter

Du 14 Janvier 2013 au 6 Mai 2013

De 6.15P.M à 7.15P.M

Le coût sera de \$90.00 tx incluses payable avant le 14 Janvier 2013

Shihan Claude Larouche, Sampai Yannick Fortin Delisle

Ayano Watanabe, Yoshie Furumoto

Le cours s'adresse aux ceintures Bleues à Brunes Juniors seulement

Si vous désirez vous inscrire en Kata et en Kumite le coût est de \$180.00 tx incluses

Avec un chèque postdaté pour le 14 Janvier 2013

SVP remettre votre coupon avec votre paiement avant le 14 Janvier 2013

Merci Shihan

Nom-----

Prénom-----

Âge ----

Ceinture-----

Kata-----

Kumite-----