

CALENDRIER DU CAMP

SAMEDI 22 JUIN

- 13 h à 22 h Accueil et inscription
- 16 h Premier entraînement

DIMANCHE 23 JUIN

- 20 h Réunion du CTP (3^e dan et +)

LUNDI 24 JUIN

- 11 h 30 Examen de dan

MARDI 25 JUIN

- 11 h 30 Examen de kyu
- 19 h 30 Remise des résultats d'examens

MERCREDI 26 JUIN

- 12 h Autodéfense avec Shihan Mattias
- 16 h Dernier entraînement
- 19 h Souper et party costumé

JEUDI 27 JUIN

- 8 h à 10 h Départ des résidents

HORAIRE JOURNALIER

- 7 h 30 à 9 h Entraînement
- 9 h 30 à 10 h 30 Déjeuner brunch
- 15 h à 17 h 30 Entraînements
- 18 h 30 à 19 h 30 Souper



CAMP D'ÉTÉ AKJQ

Mot de bienvenue

C'est avec plaisir que je vous invite au prochain camp d'été de l'AKJQ.

Il s'agit du 7^e camp d'été organisé par le club Shotokan de Sainte-Foy au Cégep de Lévis-Lauzon.



Cette année, les cours seront donnés par Sensei Rick Hotton 5^e dan et secondé par les instructeurs seniors de l'AKJQ.

Venez vous entraîner au « RYTHME » de l'AKJQ.

Nous espérons vous voir nombreux à ce 47^e camp de notre association.



Gilles Périard

Pour plus d'information, contacter :

- Gilles Périard au (418) 659-1409

Toute la documentation est disponible sur le site Web : akjq.com

CAMP D'ÉTÉ 2019

CEGEP Lévis-Lauzon



**Sensei
Rick Hotton
5e dan**



ASSOCIATION DE
KARATÉ JAPONAIS
DU QUÉBEC

Sensei Rick Hotton 5^e dan



Sensei Hotton a commencé à s'entraîner en 1970 au West Wind Dojo en Floride. En 1976, il hérite du dojo et il en devient l'instructeur. Membre à l'origine de l'USKA, il s'est entraîné tout au long de sa carrière avec un très grand nombre d'instructeurs, incluant Sensei Matsugi Saotome qui est considéré comme l'un des meilleurs maîtres d'Aïkido dans le monde aujourd'hui. En 2014, Rick a publié sa première vidéo sur YouTube, apportant sa vision unique de notre art au monde entier. Depuis, il est devenu une inspiration pour plusieurs via l'internet.

Site

Le camp d'été 2019 va se tenir au Cégep de Lévis-Lauzon. Les installations sportives sont idéales pour la réalisation d'un tel camp d'été et la proximité des résidences facilite l'hébergement des participants.

Repas

Les repas se prendront à la cafétéria du Cégep. Lorsque la température le permettra, nous aurons accès à la terrasse pour manger. Les repas seront servis sous la formule d'un déjeuner-brunch et d'un souper. Le mercredi soir, lors de la dernière soirée, nous aurons un souper « Pizza à volonté » et apportez votre vin/bière.

Hébergement

Nous avons accès à des résidences appartements comprenant: 3 ou 4 chambres, un salon, une cuisine avec poêle/frigo et toute la vaisselle de base nécessaire. Chaque chambre est équipée d'un lit simple, d'un bureau et d'une petite garde-robe.

La literie n'est pas fournie. Il vous faudra donc apporter vos draps, couvertures, oreillers, taies d'oreillers et serviettes.

Pour les couchers, seulement les séjours de 4 ou 5 nuitées sont offerts. Vous pouvez former un groupe de 3 ou 4 personnes pour occuper totalement un appartement. Le nombre d'appartements étant limité, ils seront attribués selon le principe : premier arrivé premier servi.

Activité spéciale

Party costumé avec thème: « BEACH PARTY »!
Apportez vos costumes et votre boisson.

Entraînements et examens

Les entraînements se dérouleront dans un grand gymnase double et dans la palestres. Chaque membre désirant se présenter à un examen de kyu devra avoir son passeport de l'AKJQ dûment complété et signé par son instructeur. Pour les examens de dan, vous devez transmettre votre candidature un mois avant la date de l'examen.

Accueil

Au hall d'entrée du Centre Sportif du CEGEP, porte no. 16.

Tableau des tarifs

Forfaits économiques	18 ans et +	14-17 ans	13 ans et -
Camp complet: cours, repas, coucher	450\$	410\$	360\$
Tous les cours	185\$	135\$	135\$
Tous les repas	160\$	160\$	115\$
4 nuitées 140\$ - 5 nuitées 160\$			
Tarif familial pour 3 inscriptions et plus au camp complet. Téléphoner: Gilles Périard au (418) 659-1409			

Frais pour les repas	14 ans et +	13 ans et -
Déjeuner - Brunch (9 h 30 à 10 h 30)	15\$	10\$
Souper (18 h 30 à 19 h 30)	20\$	15\$

Prix des cours selon le nombre:

(18 ans et plus / 17 ans et moins)

1=20\$/15\$	5=90\$/70\$	9=155\$/115\$
2=40\$/30\$	6=105\$/85\$	10=170\$/125\$
3=55\$/45\$	7=125\$/95\$	11=185\$/135\$
4=75\$/60\$	8=140\$/105\$	

**Prix des cours à la porte:
20\$ (18 ans et +) 15\$ (17ans et -)**

Réservation et paiement

Joindre à votre formulaire d'inscription un chèque du montant total daté du 7 juin 2019 à l'ordre de : Camp d'été AKJQ 2019.

Vous envoyez le tout à l'adresse suivante :
Camp d'été AKJQ 2019
3175, avenue des Cerisiers,
Québec (Qc), G1L 3X6

La date limite pour les inscriptions par la poste est le vendredi 7 juin.