



41^e CAMP - AKJQ -2013

CEGEP LÉVIS-LAUZON

« **KI NO ISHIKI TO KAIHATSU** « Prendre conscience du KI et le développer »



HEURE	VENDREDI 21 JUIN	SAMEDI 22 JUIN	DIMANCHE 23 JUIN	LUNDI 24 JUIN	MARDI 25 JUIN
6h45		Réveil	Réveil	Réveil	Réveil
7h30 à 9h00 Entraînement	INSCRIPTION 13h00 À 22h00	Sensei Shim Groupe E - Dojo B Sensei Woon-A-Tai Groupe B - Dojo A Thème : vitesse	Sensei Shim Groupe E - Dojo B Gankaku et bunkai Sensei Woon-A-Tai Sensei Beaulieu Groupe B - Dojo A Kata Heian et bunkai	Sensei Woon-A-Tai Groupe F - Dojo A Sensei Shim Groupe C - Dojo B Thème : kime	Sensei Woon-A-Tai Groupe F - Dojo A Sochin et bunkai Sensei Shim Sensei Godard Groupe C - Dojo B Tekki shodan et bunkai
9h30 à 10h30		Déjeuner-brunch	Déjeuner-brunch	Déjeuner-brunch	Déjeuner-brunch
		Cours optionnel Sensei Dumas de 12h00 à 13h00	Examens de DAN de 11h30 à 15h30	Examens de KYU de 11h30 à 13h30	Cours d'autodéfense Sensei Mattias de 12h00 à 13h00
		Clinique Arbitrage 13h00 à 15h00			
16h00 À 17h30 Entraînement	Sensei Woon-A-Tai Groupe F - Dojo A Sensei Shim Groupe C -Dojo B	Sensei Shim Cours instructeur #6 (vitesse) Groupe G - Dojo A Sensei Woon-A-Tai Groupe D - Dojo B Thème : kumite-esquive Sensei Kavanagh Groupe A - Palestre	Sensei Woon-A-Tai Cours instructeur #7 (kime) Groupe G - Dojo A Sensei Shim Groupe D - Dojo B Thème : kumite-esquive Sensei Coulombe Groupe A - Palestre	Compétition de 14h00 à 18h00	Sensei Shim et Woon-A-Tai Groupe Tous - Dojo A-B
18h30 à 19h30	Souper	Souper	Souper	Souper et remise des résultats d'examens	19h30 Souper et party
20h00	Réunion CA	Réunion CTP	Examen écrit d'arbitrage	20h30 activité spéciale*	
22h30	Couvre-feu	Couvre-feu	Couvre-feu	Couvre-feu	

GROUPES : A) Blanches à vertes B) Blanches à bleues C) Blanches à Brunes D) Bleues à Noires E) Brunes et noires F) Noires G) Nidan et +

* Activité spéciale (voir site www.yoogo.co) Jean Valiquette (JV10), 5 juin 2013.