



## 44<sup>e</sup>CAMP - AKJQ -2016

### CÉGEP DE RIMOUSKI

« L'efficacité passe par le contrôle du Maaï »

« KYORI O SEIGYO SURU KOTO O FUKUMIMASU »



HEURES	VENDREDI 24 JUIN	SAMEDI 25 JUIN	DIMANCHE 26 JUIN	LUNDI 27 JUIN	MARDI 28 JUIN
8h00 à 9h30 Entraînement	<b>INSCRIPTIONS</b> 13h00 à 22h00	Sensei Périard Groupe A - Dojo A Préparation aux examens  Sensei Woon-A-Tai Groupe C - Dojo B Préparation aux examens	Sensei Woon-A-Tai Groupe A - Dojo A Le Maaï dans les enchaînements de combat  Sensei Périard Groupe C - Dojo B Ushiro-geri	Sensei Woon-A-Tai Groupe B - Dojo A Geri avancé  Sensei Périard Groupe D+nouvelles noires - Dojo B Hangetsu	Sensei Woon-A-Tai Groupe A - Dojo A Bunkai pour 3 segments de katas  Sensei Bourgon Groupe C - Dojo B Chinte
10h00 à 11h00		Déjeuner - brunch	Déjeuner - brunch	Déjeuner - brunch	Déjeuner - brunch
		Sensei Dumas, Dojo A 12h00 à 13h00 15h30 Photos	Examens de DAN de 11h30 à 15h30	Examens de KYU de 11h30 à 13h30	Sensei Mattias, Dojo A Autodéfense 12h00 à 13h00
16h00 à 17h30 Entraînement	Sensei Bourgon Groupe A - Dojo A Rythme dans les katas  Sensei Woon-A-Tai Groupe C - Dojo B Rythme dans les katas	Sensei Bourgon Groupe A - Dojo C Heian Sandan  Sensei Périard Groupe F - Dojo A Éducatifs pour le Jyu Kumite  Sensei Woon-A-Tai Groupe D - Dojo B Éducatifs et progression du Enbu	Sensei Woon-A-Tai Hommes- Dojo A Autodéfense – Techniques appliquées  Sensei Bourgon Femmes - Dojo B Autodéfense – Techniques appliquées	Sensei Woon-A-Tai Groupe A - Dojo A Embusen  Sensei Bourgon Groupe C - Dojo B Keri-waza Uchi-waza Tsuki-waza	Sensei Woon-A-Tai Pour tous - Dojo A
18h30 à 19h30	Souper	Souper	Souper	Souper et résultats d'examens	19h30 Souper et party
20h00	Réunion CA	Réunion CTP	Instructeurs et assistants – Positionnement AKJQ		