



空
手
道

École de Karaté Larry Foisy
Shorinjiryu Shindo Sherbrooke
www.Karate-Sherbrooke.com
167 rue Aberdeen
(819) 829-0294

Activités : Semaine de relâche

L'école de karaté Larry Foisy est fière d'offrir à l'école de karaté (167 rue Aberdeen) des journées multisports et de karaté qui auront lieu lors de la semaine de relâche (5 au 9 mars). Ces journées débuteront à 8h le matin et se termineront à 16h. Les enfants doivent apporter un dîner et des collations saines (four micro-onde disponible). Dans la mesure du possible, l'enfant doit apporter son uniforme de karaté (« Karatégi ») puisqu'il y aura plus de 150 minutes allouées pour la pratique du karaté par jour. Ces journées permettront un apprentissage et une progression plus rapide pour vos enfants. Finalement, un nombre minimum de 5 enfants et un maximum de 20 enfants peuvent être inscrits par jour d'où, n'hésitez pas à inscrire vos enfants le plus tôt possible. Le coût est de 175\$+tx/semaine ou 45\$+tx/jour..

Horaire de la journée

8 :00-8 :30	Accueil des participants
8 :30-10 :00	Karaté : pratique des techniques de base
10 :00-10 :30	Pause et collation
10 :30-11 :30	Activité multisports
11 :30-12 :15	Dîner
12 :15-13 :15	Karaté : Pratique d'autodéfense et de maniement d'armes
13 :45-14 :30	Activité du jour
15 :15-15 :30	Karaté : Pratique de combat
15 :30-16 :00	Départ des participants

Formulaire d'inscription : semaine de relâche

Nom du karatéka : _____

Âge du karatéka : _____

Numéro de téléphone : _____

Numéro d'urgence : _____

J'inscris mon enfant pour les jours suivants	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi