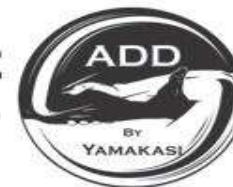


HORAIRE

N'oubliez pas de réserver!

ACADÉMIE QUÉBÉCOISE
D'ART DU DÉPLACEMENT



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h							
11h						L'entraînement du guerrier 11h-12h15	
12h							
13h						Entraînement libre en salle / JAM / Atelier 13h00-17h00	ADD 8 à 10 ans 13h-14h30
14h	Entraînement libre en salle 14h00-16h00		Entraînement libre en salle 14h00-16h00		Entraînement libre en salle 14h00-16h00		ADD 11 à 15 ans 15h00-16h30
15h							
16h							
17h			ADD 8 à 10 ans 17h-18h30	L'entraînement du guerrier 17h-18h15	ADD 17h00-18h30		ADD 17h00-18h30
18h	ADD 18h00-19h30	ADD 18h00-19h30		ADD (sur invitation) 18h30-20h00			
19h			ADD 11 à 15 ans 19h00-20h30				
20h							

On peut s'inscrire en personne au 88 rue St-Jean ou en ligne au www.addquebec.ca au moins 3 heures à l'avance .

Attention : surveillez bien les lieux sur le site!

Nous donnons aussi des cours privés, des formations en entreprises, des ateliers dans les écoles.

L'Académie québécoise d'art du déplacement : LA référence en matière d'ADD et de parkour dans la région de Québec
www.addquebec.ca info@addquebec.ca www.facebook.com/addquebec