

# HORAIRE

*N'oubliez pas de réserver!*

ACADÉMIE QUÉBÉCOISE  
D'ART DU DÉPLACEMENT



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h							
11h							
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		ADD 17h00-18h30		ADD 17h00-18h30
18h	ADD 18h30-20h00	ADD 18h30-20h00		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](http://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](http://www.addquebec.ca) [info@addquebec.ca](mailto:info@addquebec.ca) [www.facebook.com/addquebec](https://www.facebook.com/addquebec)