

ASSOCIATION DE CHITO-RYU TRADITIONNEL DU QUÉBEC

CLINIQUE YUDANSHA

**Dirigée par
SENSEI HIGASHI, 8^e dan, Kyoshi
les 8, 9 et 10 décembre 2006**

Vendredi 8 décembre 2006

JOURNÉE GRATUITE POUR LES INSTRUCTEURS ET ASSISTANTS-INSTRUCTEURS

Journée du *Comité technique Chito-Ryu Québec*. Tous les instructeurs et assistants-instructeurs sont invités à venir s'entraîner gratuitement avec le *Comité technique Chito-Ryu Québec* sous la direction de **Sensei Higashi**.

Lieu : dojo Chito-Ryu Longueuil (Sports pour tous inc.),
1291, rue Sainte-Hélène, Longueuil

10h à 12h00 : Entraînement yudansha avec Sensei Higashi et le Comité technique

14h à 15h30 : Entraînement yudansha avec Sensei Higashi et le Comité technique

16h à 17h30 : Entraînement yudansha avec Sensei Higashi et le Comité technique

Samedi 9 décembre 2006

Lieu : dojo Chito-Ryu Montréal (YMCA Montréal centre-ville)

1440, Stanley, Montréal. (Métro Peel, sortie Stanley).

10h à 11h30 : Ceintures Brune et noires

11h30 à 13h : Lunch

Lieu : Hôpital Hypolite-Lafontaine

À l'hôpital Hippolyte Lafontaine, Gymnase du Pavillon Cloutier
7401, rue Hochelaga, Montréal. Tél.: 514-251-4000

13h30 à 15h : Ceintures Brune et noires

15h30 à 17h : Ceintures noires

Tarifs forfaitaire: Ceintures noires : 60\$ (3 classes)

Ceintures brunes : 40\$ (2 classes)

Dimanche 10 décembre 2006

09h30 à 11h30 : Dojo Cama, Brunnes et Noires
13h00 à 14h30 : École Du Ruisseau, Brunnes et Noires
15h00 à 16h30 : Dojo Cama, Noires

Tarifs: 17 ans et moins : 1 classe 15 \$
2 classes 25 \$

18 ans et plus : 1 classe 25 \$
2 classes 40 \$
3 classes 50 \$

Famille : 1^{er} membre Tarif régulier
2^e membre -30 %
3^e membre -50 %

Voici mon cellulaire pour les jours de séminaire: 514-497-9117 (sera fermé pendant les heures d'entraînement). Au plaisir de s'entraîner ensemble.

Thierry Debeur
Président
Chito-Ryu Québec

CHEMINS POUR SE RENDRE

MONTRÉAL :

Dojo Chito-Ryu Longueuil (Sports pour tous inc.),
1291, rue Sainte-Hélène, Longueuil

Cliquez sur le lien ci-dessous pour avoir la carte :

<http://www.mapquest.fr/mq/maps/mapMail.do?ABCDEEDCBA=c2VhcmNoMD1OQSEhITQ1LjUxNzk0NDotNzMuNDk4OTQ1ISEhMTI5MSBSVUUgU0FJTIRFLUjDiUzDiE5FISEhTE9OR1VFVUIMISEhUUMhISEhISFKNEshISFDQSEhITImem9vbWxldmVsPTgmQ3VyekxhdGl0dWRIPtQ1LjUxNzk1NiZDdXJyTG9uZ2l0dWRIPS03My40OTg5OCZPcmInaW5MYXRpdHVkZT00NS41MTc5NTYmT3JpZ2luTG9uZ2l0dWRIPS03My40OTg5OCZzZXNzaW9uPW51bGwmcVnaW9uPU5B>

Dojo Chito-Ryu Montréal (YMCA Centre-ville de Montréal)

1440, rue Stanley, Montréal. (Métro Peel, sortie Stanley)

Entre Les rues Stanley et Drummond et entre les rues Sainte-Catherine et De Maison-neuve.

Cliquez sur le lien ci-dessous pour avoir la carte :

<http://www.mapquest.fr/mq/maps/mapMail.do?ABCDEEDCBA=c2VhcmNoMD1OQSEhITQ1LjQ5OTUzMTotNzMuNTczOTQzISEhMTQ0MCBSVUUgU1RBTkxFWSEhIU1PTIRSw41BTCEhIVFDISEhISEhSDNBISEhQ0EhISEyJnpvb21sZXZlbD04JkN1cnJMYXRpdHVkZT00NS40OTk1MzEmQ3VyckxvbmdpdHVkZT0tNzMuNTczOTQzJk9yaWdpbkxhdGI0dWRIPTQ1LjQ5OTUzMSZPcmlnaW5Mb25naXR1ZGU9LTczLjU3Mzk0MyZzZXNzaW9uPW51bGwmcVnaW9uPU5B>

Hôpital Louis H. Lafontaine,

gymnase du pavillon Cloutier, 7401 rue Hochelaga, Montréal

Parking payant (eurodateur à l'entrée).

Cliquez sur le lien ci-dessous pour avoir la carte :

<http://www.mapquest.fr/mq/maps/mapMail.do?ABCDEEDCBA=c2VhcmNoMD1OQSEhITQ1LjU4NzkxNjotNzMuNTI2NTY0ISEhNzQwMSBSVUUgSE9DSEVMQUdBISEhTU9OVFLDiUFMISEhUUMhISEhISFIMU4hISFDQSEhITImem9vbWxldmVsPTgmQ3VyckxhdGI0dWRIPTQ1LjU4NzkxNiZDdXJyTG9uZ2I0dWRIPS03My41MjY1NjQmT3JpZ2luTG90aXR1ZGU9NDUuNTg3OTE2Jk9yaWdpbkxvbmdpdHVkZT0tNzMuNTI2NTY0JnNlc3Npb249bnVsbCZyZWdpb249TkE>

De Québec: Prendre l'autoroute 20 ouest. Prendre le tunnel Louis H. Lafontaine. Suivre la direction pour Hochelaga ouest. Tournez à gauche à la rue Hochelaga. L'hôpital est situé à votre droite au 1er feu de circulation.

De Masson-Angers / Ottawa : Prendre l'autoroute 40 est. Prendre la direction pour le tunnel Louis H. Lafontaine (25 sud). Suivre la direction pour Hochelaga ouest. Tournez à droite à la rue Hochelaga. L'hôpital est situé à votre droite au 1er feu de circulation.

De Sherbrooke : Prendre l'autoroute 10. Prendre l'autoroute 30 est. Prendre l'autoroute 20 ouest. Prendre le tunnel Louis H. Lafontaine. Suivre la direction pour Hochelaga ouest. Tournez à gauche à la rue Hochelaga. L'hôpital est situé à droite au 1er feu de circulation.

De Montréal : L'hôpital est situé au 7401 rue Hochelaga (au coin de Hochelaga et l'autoroute 25).

Stationnement & nourriture :

À l'entrée de l'hôpital, tourner immédiatement à la droite pour prendre un billet de stationnement à l'odomètre. Coût pour une journée est 1.25\$. Avoir la monnaie exacte. Ensuite, suivre la direction pour le pavillon Cloutier. Prendre le Parking P8V. Le gymnase est au deuxième étage du pavillon Cloutier. Il y a une cafétéria sur les lieux.

MASSON-ANGERS :

Dojo Karaté Cama

110, rue Georges, Gatineau (Masson-Angers), J8M 1A2

819-986-6566 karatecama@videotron.ca

Prendre l'autoroute 40 ouest.

Prendre la sortie Hawkesbury.

Tourner à la droite à l'Hôtel Best Western, à Hawkesbury, et suivre les indications pour le Québec.

Prendre le pont et continuer tout droit jusqu'à la route 148 ouest (tourner à la gauche).

Il reste environ 55 minutes pour se rendre...

À Masson-Angers (Gatineau), continuer sur la 148 ouest jusqu'aux deuxièmes feux.

Tourner à la droite sur la rue Georges.

Monter la côte et le dojo se situe à la droite dans le Centre commercial du Marché Larose.

L'entrée du dojo est au fond, à la gauche de la bâtisse.

Une petite pancarte se situe au-dessus de notre porte.

Trajet pour se rendre à l'École Du Ruisseau

De Montréal:

École Du Ruisseau

Prendre l'autoroute 40 ouest.

Continuer sur la route 117, jusqu'à Hawkesbury.

À Hawkesbury, tourner à la droite au Motel Best Western.

Suivre les indication pour le Québec.

Passer sur le pont pour vous rendre au Québec. Vous êtes maintenant à Grenville.

Tourner à la gauche sur la route 148 ouest.

Continuer jusqu'à Masson-Angers. Environ 1 heure.

À Masson-Angers, tourner à la gauche aux premiers feux de circulation. Vous êtes toujours sur la 148 ouest.

Aux seconds feux, tourner à la droite sur la rue Georges.

Monter la côte et passer le Marché Larose (où se situe le dojo Cama).

Continuer tout droit jusqu'au prochain arrêt.

Tourner à la gauche à cet arrêt.

Continuer jusqu'au bout de la rue.

L'École Du Ruisseau est juste en face. Adresse: 175, des Samares

D'Ottawa:

École Du Ruisseau

Suivre les indications pour Hull ou Gatineau / Québec

Prendre l'autoroute 50 est.

Continuer jusqu'à la sortie rue Georges (entre 25 et 30 minutes).

Prendre la sortie rue Georges et tourner à la gauche.

Monter la côte et passer le Marché Larose (où se situe le dojo Cama).

Continuer tout droit jusqu'au prochain arrêt.

Tourner à la gauche à cet arrêt.

Continuer jusqu'au bout de la rue.

L'École Du Ruisseau est juste en face. Adresse: 175, des Samares

Pour plus d'informations, Germain au 986-6566 ou karatecama@videotron.ca

Bonne route!