

ARTS MARTIAUX

AUTOMNE 2020



Semaine portes-ouvertes du mardi 8 au lundi 14 septembre dans tous nos groupes d'arts martiaux.

| ACTIVITE | NIVEAU | HORAIRE | INTERVENANT | DUREE | Coût (\$) (avant taxes) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | REMARQUES | | | | | |
|-------------------------|--|------------------------------------|-------------|---|-------------------------|----|----|--------|-----|-----|--------|-----|-----|--------|-----|-----|--------|-----|-----|--------|-----|-----|--------|-----|-----------|---------|-----|-----|--|---------------|
| | | | | | 1 mois | | | 2 mois | | | 3 mois | | | 4 mois | | | 5 mois | | | 6 mois | | | 9 mois | | | 10 mois | | | | |
| | | | | | EM | M | NM | EM | M | NM | EM | M | NM | EM | M | NM | EM | M | NM | EM | M | NM | EM | M | NM | EM | M | NM | | |
| Club d'Aikido | Débutant | Lu 17h à 18h25 | Annulé | 14 sept.-7 déc. | | | | | | | 65 | 82 | 130 | | | | | | | | | | | | | | | | | 1-3 |
| | Initié | Lu-Me18h30 à 20h | | Début de chaque mois. Fin le 30 avril (date pour date, fin au plus tard 30 avril) | 47 | 58 | 93 | 86 | 108 | 170 | 112 | 140 | 223 | 142 | 177 | 282 | 168 | 210 | 334 | 224 | 280 | 445 | | | | | | | | 1-3-5-6-7-8 |
| Club d'Iaido | Débutant | Di 10h30 à 11h55 | | 13 sept.-13 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 3 |
| | Initié | Ve 17h à 18h25 et Di 10h30 à 11h55 | | Début de chaque mois. Fin le 27 juin (date pour date, fin au plus tard 27 juin) | 41 | 51 | 83 | 76 | 95 | 151 | 98 | 123 | 197 | 124 | 156 | 250 | 147 | 184 | 296 | 196 | 245 | 394 | 206 | 258 | 413 | 212 | 266 | 426 | | 3-5-6-7-8 |
| Club de Jiu Jitsu | Initié / ceintures jaune et plus | Ma 20h30 à 21h55 | | Début de chaque mois. Fin le 29 juin (date pour date, fin au plus tard 29 juin) | 25 | 31 | 50 | 46 | 57 | 92 | 60 | 75 | 120 | 76 | 95 | 152 | 90 | 112 | 180 | 119 | 150 | 240 | 125 | 157 | 252 | 129 | 162 | 260 | | 2-3-4-5-6-7-8 |
| | Avancé / ceintures jaune et plus | Lu 20h30 à 21h55 | Annulé | Début de chaque mois. Fin le 17 juin (date pour date, fin au plus tard 17 juin) | 25 | 31 | 50 | 46 | 57 | 92 | 60 | 75 | 120 | 76 | 95 | 152 | 90 | 112 | 180 | 119 | 150 | 240 | 125 | 157 | 252 | 129 | 162 | 260 | | 3-4-5-6-7-8 |
| | Initié et Avancé / ceintures jaune et plus | Lu-Me 20h30 à 21h55 | Annulé | Début de chaque mois. Fin le 29 juin (date pour date, fin au plus tard 29 juin) | 41 | 51 | 83 | 76 | 95 | 151 | 98 | 123 | 197 | 124 | 156 | 250 | 147 | 184 | 296 | 196 | 245 | 394 | 206 | 258 | 413 | 212 | 266 | 426 | | 2-3-4-5-6-7-8 |
| | Initié et Avancé / ceintures jaune et plus | Ma-Je 20h30 à 21h55 | | Début de chaque mois. Fin le 29 juin (date pour date, fin au plus tard 29 juin) | 41 | 51 | 83 | 76 | 95 | 151 | 98 | 123 | 197 | 124 | 156 | 250 | 147 | 184 | 296 | 196 | 245 | 394 | 206 | 258 | 413 | 212 | 266 | 426 | | 1-3-4-5-6-7-8 |
| Club de Judo | Débutant-Initié/ceintures jaune et orange | Je 17h30 à 18h55 | | 10 sept.-17 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 3-4-6-9 |
| | Initié/ceinture orange et plus | Ma-Je 18h30 à 19h25 | Annulé | Début de chaque mois. Fin le 29 juin (date pour date, fin au plus tard 29 juin) | 47 | 59 | 94 | 86 | 108 | 172 | 112 | 141 | 224 | 142 | 177 | 284 | 168 | 210 | 337 | 224 | 281 | 449 | 235 | 295 | 471 | 243 | 304 | 486 | | 2-3-4-6-7-8 |
| | Initié/ceinture orange et plus | Ma-Je 17h30 à 18h55 | | Début de chaque mois. Fin le 29 juin (date pour date, fin au plus tard 29 juin) | 47 | 59 | 94 | 86 | 108 | 172 | 112 | 141 | 224 | 142 | 177 | 284 | 168 | 210 | 337 | 224 | 281 | 449 | 235 | 295 | 471 | 243 | 304 | 486 | | 2-3-4-6-7-8 |
| Club de Karaté Shotokan | Débutant | Ma 20h à 21h25 | | 8 sept.-8 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 2-3-4-6 |
| | Initié (ceintures jaune et plus) | Ma-Je 18h30 à 19h55 | | Début de chaque mois. Fin le 27 mai (date pour date, fin au plus tard 27 mai) | 41 | 51 | 83 | 76 | 95 | 151 | 98 | 123 | 197 | 124 | 156 | 250 | 147 | 184 | 296 | 196 | 245 | 394 | 206 | 258 | 413 | | | | | 2-3-4-5-6-7 |
| Club de Kendo | Débutant | Lu 18h à 19h25 | Annulé | 14 sept.-14 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 1-3 |
| | Débutant | Ve 18h à 19h25 | | 11 sept.-11 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 3 |
| | Intermédiaire | Lu et Ve 19h30 à 20h55 | | Début de chaque mois. Fin le 25 juin (date pour date, fin au plus tard 25 juin) | 41 | 51 | 83 | 76 | 95 | 151 | 98 | 123 | 197 | 124 | 156 | 250 | 147 | 184 | 296 | 196 | 245 | 394 | 206 | 258 | 413 | 212 | 266 | 426 | | 1-3-5-6-7 |
| | Avancé | Lu et Ve 19h30 à 20h55 | | Début de chaque mois. Fin le 25 juin (date pour date, fin au plus tard 25 juin) | 41 | 51 | 83 | 76 | 95 | 151 | 98 | 123 | 197 | 124 | 156 | 250 | 147 | 184 | 296 | 196 | 245 | 394 | 206 | 258 | 413 | 212 | 266 | 426 | | 1-3-5-6-7 |
| Kung Fu | Débutant | Lu 20h à 21h25 | Annulé | 14 sept.-14 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 1-3-6 |
| Qi Gong | Pour tous | Me 20h à 21h25 | Annulé | 9 sept.-9 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 3 |
| Tai Chi Style Wudang | Débutant et initié | Lu 18h30 à 19h55 | Annulé | 14 sept.-14 déc. | | | | | | | 50 | 62 | 99 | | | | | | | | | | | | | | | | | 1-3-6 |

REMARQUES

1. La séance du lundi 12 oct. (Action de Grâce) A LIEU.
2. La séance du mardi 8 déc. (Fête de l'Université) A LIEU.
9. La séance du 17 septembre est annulée

DESCRIPTION

3. Tenue et/ou équipement obligatoire (à commander si nécessaire auprès de l'intervenant au 1^{er} cours) :

- Aikido : dogi blanc (environ 80 \$) ;
- Iaido : ce bokken et saya (environ 130 \$ pour l'ensemble). On peut porter l'hakama si désiré et utiliser un tallo approuvé par l'instructeur ;
- Jiu Jitsu - Judo : tenue de sport acceptable - sans bijoux initié et avancé - le Jiu Jitsu est obligatoire (environ 80 \$ incluant l'inscription) ;
- Judo - Iaido (IK E) ;
- Karaté - débutant : tenue de sport acceptable - au niveau initié le karaté est obligatoire (environ 70 \$) - l'inscription à Karaté Club est de 40 \$ sur année sauf réinscription 75\$/année ;
- Kendo : le sabre de bambou (Shinai) peut être loué au coût d'environ 20 \$ pour la session pour les débutants. Les intermédiaires et avancés doivent se procurer obligatoirement ainsi que le Bogu (armure de Kendo) qui peut être loué au coût de 30 \$ pour la session ;
- Kung Fu : tenue sportive acceptable ;
- Qi Gong : tenue sportive acceptable ;
- Tai Chi : tenue sportive acceptable.

5. Préalable : niveau précédent ou l'équipement.
6. Possibilité de passage de grades (affiliation nécessaire auprès de l'organisme qui régit le passage de grades) : information auprès de l'intervenant.
7. Entrée à la séance acceptée au coût de 17 \$ / membre, 24 \$ / non membre, pour une oratoire de 1.5 h ou 20 \$ / membre, 27 \$ / non membre, pour une oratoire de 2 h.
8. Nous nous devons de respecter la capacité maximale du dojo, ce qui peut limiter le nombre de place disponible.

Responsables : Nadia Bofud et Johanne Plourde, johanne.plourde@ess.ulaval.ca
 Information : www.peps.ulaval.ca, pour connaître les préalables (si applicable), les annulations, le local ou remarques particulières.
 Inscription : 418 686-PEPS (7377)