



FEUILLE D'INSCRIPTION



SAMEDI 21 novembre 2026
à l'aréna de St-Henri, 110 rue Belleau
St-Henri, G0R 3E0

INSCRIPTION

nom: _____ téléphone: _____
adresse: _____ ville: _____
email: _____ âge: _____
nom du Sensei: _____

COÛT

Membre de l'OKDR: 80\$

Non-membre de l'OKDR: 95\$

Payable via virement interac au 418 809 2234 réponse: Denis

DINER: Les participants apportent leur diner.
Un potage et du café vous seront servi gratuitement.

ARMES: Apportez vos armes.

HORAIRE: 6 cours de 50 min.
Kobudo, Karaté, Kung-Fu, BJJ, Jiu-Jitsu, Goshindo,
Points de pressions, Ken-Jitsu, Kali.

DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE

7h30: Passage de grade

12 à 13h: Pause diner

8h: Arrivée des participants

13 à 16h: 3 classes de 50min.

8h45: Réchauffement

16h à 16h30: Photo de groupe

9 à 12h: 3 classes de 50min.

Infos: Shihan Denis Paquet par texto seulement au 418 809-2234