

HORAIRE

N'oubliez pas de réserver!

ACADÉMIE QUÉBÉCOISE
D'ART DU DÉPLACEMENT



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h							
11h						L'entrainement du guerrier 11h-12h	
12h							
13h						Entrainement libre en salle 13h30-16h30	
14h							
15h					ADD Débutant 16h-17h30		ADD 8 à 10 ans 15h-16h15
16h							
17h			ADD 8 à 10 ans 17h-18h30				ADD 11 à 15 ans 16h30-17h45
18h	ADD Débutant 18h30-20h	ADD Intermédiaire 18h30-20h30		ADD Intermédiaire 18h30-20h30			ADD Débutant 17h45-19h15
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