

NUNS' ISLAND  
J.K.A. SHOTOKAN  
KARATE CLUB



CLUB DE KARATÉ  
J.K.A. SHOTOKAN  
DE L'ÎLE-DES-SOEURS

## Séminaire de formation en karaté de Montréal Hiver-2016

Le 16, 18,19 et 20 février 2016

Instructeur invité

### ***Shihan Yasuo Sakurai***

**7<sup>ième</sup> Dan, Instructeur de niveau "A" du JKA**



Gagnant à sept reprises du championnat des maitres « All Japan JKA » en kata  
Ancien entraîneur des équipes du Québec et de la Colombie Britannique  
Directeur de l'enseignement technique du JKA dans la province Shizuoka  
Membre Shihankai du siège social du JKA  
Instructeur A, Examineur A, Juge A

Vous êtes invités au Séminaire de formation en karaté de Montréal Hiver-2016  
 Notre invité Shihan Yasuo Sakurai, un instructeur remarquable de renommée mondiale.  
 Il est reconnu pour ses superbes compétences techniques en karaté.  
 Ce séminaire fera le point sur les informations techniques les plus récentes en Kihon,  
 Kata and Kumite.

Dates	Horaire		Lieux
Mardi Le 16 février	A	18:30-19:30 Tous les niveaux	<b>Nuns'Island JKA Dojo</b>  300-Chemin du golf Nuns'Island, Verdun Québec, H9J 4C3
	B	19:45-20:25 Brunes et Noires (Bassai Dai, Kanku Dai)	
	C	20:30-21:00 Noires (Gankaku, Hangetsu)	
	Restaurant (Informations à venir)		
Jeudi Le 18 février	D	18:30-19:30 Tous les niveaux	
	E	19:45-20:25 Brunes et Noires (Jiyu ippon Kumite)	
	F	20:30-21:00 Noires (Jitte, Bassai Sho)	
	Restaurant (Informations à venir)		
Vendredi Le 19 février	G	18:30-19:30 Tous les niveaux	
	H	19:45-20:25 Brunes et Noires (Empi, Jion)	
	I	20:30-21:00 Noires (Sochin, Nijushiho)	
	Restaurant (Informations à venir)		
Samedi Le 20 février	J	9:30-10:30 Tous les niveaux	
	K	10:45-11:25 Brunes et Noires (Jiyu Kumite)	
	L	11:30-12:30 Noires (Gojushiho Sho, Gojushiho Dai)	
	Restaurant (Informations à venir)		

#### Frais pour le séminaire

Pas de chèques - Argent USA au pair			
Séminaire	Dan	Brunes	4 <sup>ème</sup> to 9 <sup>ème</sup> kyu
Complet	\$150 (12 classes)	\$100 (8 classes)	\$70 (4 classes)
Demi	\$ 90 ( 6 classes)	\$ 70 (4 classes)	\$40 (2 classes)
Par classe	\$ 35	\$ 30	\$25

Organisateur: Nuns'Island-JKA-Île des Soeurs; [www.Canadajka.ca](http://www.Canadajka.ca)  
 Instructeur-chef: Shahrokh Hoghooghi

Informations: 514-909-9089, [nunsisland@canadajka.ca](mailto:nunsisland@canadajka.ca)

Commanditaire officiel: Tokaido Canada; The World's Ultimate Karate Uniform  
[www.TokaidoCanada.com](http://www.TokaidoCanada.com)  
[budo@TokaidoCanada.com](mailto:budo@TokaidoCanada.com)