

CAMP D'ÉTÉ

JUDO

HIROSHI KATANISHI 8^{ième} dan

DU 17 AU 21 AOÛT 2015

LIEU: Collège St-Jean Vianney
12630 Boul. Gouin Est
Montréal, Qc H1C 1B9

DATES: Camp: du 17 au 21 août 2015

Inscription: Avant le 6 août 2015 par
votre DT et par web au

<http://judo-anjou.qc.ca>

ADMISSIBILITÉ: Être membre en règle d'une association
provinciale reconnue par Judo Canada ou par la FIJ

ÂGE MINIMUM: 14 ans

GRADE MINIMUM: Ceinture Verte

Présenté Par:

柔
道
CLUB JUDO ANJOU



Camp d'été 2015

Invité

Hiroshi Katanishi 8^{ème} dan

Invitation personnelle

Bonjour

Comme vous le savez, en août 2012 le club de Judo Anjou a organisé son premier camp d'été avec M. Patrick Roux comme invité. En 2013, une formule à trois intervenants a été mise en place et nous avons eu le plaisir de recevoir messieurs Hiroshi Nakamura, Jean-Pierre Cantin et Sergio Pessoa. Le camp 2014 reçut la visite de Frédéric Demontfaucon. Ces camps furent un succès et nous avons décidé de vous offrir à nouveau un stage avec ce quatrième camp.

Cette année, le club de Judo Anjou vous propose d'accueillir Monsieur Hiroshi Katanishi, 8^{ème} dan qui assure la direction technique au club de Judo Kwai de Lausanne en Suisse depuis 30 ans. Après avoir obtenu le diplôme de professeur décerné par l'université de Tenri (Japon), Monsieur Katanishi s'est engagé comme entraîneur de l'équipe de France de Judo. Quelques années plus tard, il prend en charge les entraînements au Judo Kwai Lausanne. Depuis lors, Hiroshi a obtenu les titres d'expert Dan de la Fédération suisse de Judo et Jeunesse & Sport ainsi que celui de professeur de Judo avec brevet fédéral. Depuis 1999, Monsieur Katanishi est conseiller technique de l'équipe de Suisse. En 2013, il est nommé expert pour l'Union Européenne.

Nous croyons que ce camp sera profitable à tous. Nous comptons sur vous pour convaincre d'autres personnes de venir y participer.

Toutes les informations utiles concernant ce camp, programme et organisation, figurent sur notre site web à l'adresse www.judo-anjou.qc.ca.

Venez participer en grand nombre !

Réjean Lavoie

Directeur technique club de Judo Anjou.



Attention, Attention

AUX DIRECTEURS TECHNIQUES QUI PARTICIPERONT AU CAMP D'ÉTÉ
DU 17 AU 21 AOÛT 2015

Le club de judo Anjou organise un camp de cinq jours à Montréal avec Monsieur Hiroshi Katanishi 8ème Dan (voir dépliant). Tous les clubs du Québec et des autres provinces devraient faire de ce stage de judo un endroit où les jeunes pourront débiter la saison avec un invité de marque tout en pratiquant de la technique et en faisant beaucoup de randori.

Nous espérons vous recevoir en grand nombre.

Très important !

Afin de pouvoir vous donner le plus de services, nous apprécierions que vous réserviez rapidement, si possible avant la date limite d'inscription. Ceci nous permettra d'avoir une gestion plus efficace et de vous offrir un service de qualité.

Votre soutien est nécessaire pour :

- Prévoir la location des lits (pour l'hébergement)
- Informer le service de traiteur pour les repas
- Organiser avec le traiteur le buffet froid pour les judokas et les directeurs techniques offert le jeudi soir

Réjean Lavoie
Directeur Technique
Club de judo Anjou

Camp d'été 2015

Hiroshi Katanishi 8^{ème} dan

À tous les directeurs techniques,

Le club de judo Anjou organise un camp d'été avec Monsieur Hiroshi Katanishi, 8^{ème} dan,

Le club de judo Anjou, vous invite à participer à ce stage de 5 jours qui aura lieu du lundi 17 au vendredi 21 août 2015 pour les ceintures vertes et plus au collège St-Jean Vianney à Montréal.

Ce stage, d'une durée de 9 entraînements, permettra un retour en forme des judokas pour les premières compétitions après de belles vacances estivales.

Nous pensons que plusieurs d'entre vous vont venir de l'extérieur de Montréal et nous voulons vous offrir au même endroit, selon vos besoins, l'hébergement, les repas (inclus les déjeuners, les dîners et les soupers) et les entraînements. Pour ceux qui souhaiteraient dormir à l'hôtel, nous pouvons, sur demande, vous informer des disponibilités.

Options et Tarifs	Avant le 06 août 2014 à minuit	Dès le 07 août
A : Stage seulement	170.00 \$	210.00 \$
B : Stage + hébergement 4 nuits (gymnase)	210.00 \$	250.00 \$
C : Stage + hébergement 5 nuits (gymnase)	220.00 \$	260.00 \$
D : Stage + hébergement 4 nuits (gymnase) + repas	335.00 \$	375.00 \$
E : Stage + hébergement 5 nuits (gymnase) + repas	345.00 \$	385,00 \$

Pour marquer la fin du stage et célébrer une dure semaine de travail, le club de judo Anjou offrira le jeudi soir un buffet froid suivi d'une soirée dansante.

Les inscriptions pourront se faire en ligne et le paiement par chèque, au nom du club de judo Anjou, devra parvenir à l'adresse suivante avant la **date limite du 6 août 2015 à minuit**. Après cette date, les frais d'inscription au stage seront majorés de 40 \$.

Club de judo Anjou 7800 Boulevard Métropolitain Est, Anjou (Qc), H1K 1A1 Tél. : 514-352-9403

En plus des inscriptions en ligne, toutes les informations suivantes sont accessibles sur notre site web <http://judo-anjou.qc.ca> : l'horaire journalier, les menus quotidiens, le programme des entraînements.

Votre invité d'honneur

Hiroshi Katanishi, 8^{ème} dan



Résumé des Activités

Mercredi

- Après-midi : activité surprise.
- Sortie dans le vieux Montréal

Jeudi soir

- Buffet des judokas
- Soirée dansante vers 18 heures

Autres activités

- Activités à l'extérieur le soir selon la température
- Chaque jour, un judogi tiré au sort parmi les judokas présents

Menu camp de judo 2015

Premier jour

	Lundi déjeuner	Lundi diner	Lundi souper
Plat principal	Bagel œuf et fromage	Quiche au jambon	Lasagne à la viande
soupe			Poulet et nouilles
Accompagnement	Fruit frais	Pomme de terre rôties	Macédoine italienne
Légumes	-----	Salade de choux	Salade du chef
dessert	-----	Tarte aux pommes	Gâteau chocolat
breuvage	Café\ Lait\ jus 200ml	Lait ou jus 500ml	Lait ou jus 500ml

Deuxième jour

	Mardi déjeuner	Mardi diner	Mercredi souper
Plat principal	Sandwich aux fromages fondus (grill cheese)	Tortillas de poulet	Pizza pepperoni et fromage
soupe		-----	Bœuf et riz
Accompagnement	Parfait aux fruits	Couscous aux légumes	Légume florentin
Légumes	-----	Salade jardinière	Salade du chef
dessert	-----	Carré boston	Mousse aux fruits
breuvage	Café\ Lait\ jus 200ml	Lait ou jus 500ml	Lait ou jus 500ml

Troisième jour

	Mercredi déjeuner	Mercredi diner	Mercredi souper
Plat principal	Œufs brouillés bacon et rôties	Tacos mexicain	brochette de poulet
soupe	-----	-----	Tomates et vermicelles
Accompagnement	Pommes de terre	-----	brocoli
Légumes	-----	Salade aux 3 haricots	Salade fusilli
dessert	-----	Carré vanille	Reine Elizabeth
breuvage	Café\ Lait\ jus 200ml	Lait ou jus 500ml	Lait ou jus 500ml

Quatrième jour

	Jeudi déjeuner	Jeudi diner	Jeudi souper
Plat principal	Croque-monsieur (muffin anglais œuf saucisse)	Kaiser au poulet	Osso bucco
soupe	-----	-----	Aux légumes
Accompagnement	Patates rissolées	Macédoine italienne	Nouilles aux œufs
Légumes	-----	Salade carotte	Salade verte
dessert	-----	Tarte aux fruits	croustade
breuvage	Café\ Lait\ jus 200ml	Lait ou jus 500ml	Lait ou jus 500ml

Cinquième jour

	Vendredi déjeuner	Vendredi diner	
Plat principal	(2)Pain doré et sirop	Penne à la viande gratinée	
Accompagnement	Fruit frais	-----	
Légumes	-----	Salade César	
dessert	-----	Tarte aux sucres	
breuvage	Café\ Lait\ jus 200ml	Lait ou jus 500ml	