

# Maître Lionel Langlais, Ceinture noire 6<sup>e</sup> dan



## Stage technique, 13 février 2016

### Construction d'un système d'attaque

Date : Samedi 13 février 2016

Lieu : 505, 105<sup>e</sup> av., St-Georges de Champlain (Shawinigan)

Horaire : 13h à 15h ; 15h30 à 17h30

Coût : 30 \$

Niveau requis : 12 ans minimum, aucun grade requis

Informations : Philippe Davidson, [ghishintaido@hotmail.com](mailto:ghishintaido@hotmail.com)

Cell. : 819 989 0091

### Maître Lionel Langlais :

**Ceinture noire 6<sup>e</sup> dan**

**Ex-compétiteur de niveau international**

**Ex-entraîneur en chef de l'équipe de Canada**

**Ex-conseiller technique des zones de Bourgogne et d'Auvergne**

**Stage de 2 ans au Japon avec maître Okano Isao**



## *Souper Fondue chinoise*

Suite au stage avec Lionel Langlais,  
le 13 février, le comité social du  
Club de judo Ghishintaido Inc. organise  
un souper Fondue chinoise de la St-Valentin.



*Club de judo Ghishintaido Inc.  
505, 105<sup>e</sup> av., St-Georges-de-Champlain  
Date : 13 février 2016  
Heure : Vers 18h (après le stage)  
Coût : 10 \$*



Inclus : Viande (bœuf-poulet-crevettes) et le dessert.

Exclu : Pour compléter le souper, nous demandons à chacun d'apporter une sauce et un plat d'accompagnement à partager, ainsi que vos breuvages.

Vous pouvez payer à l'avance à Julie Veillette ou le soir même.

Les conjoints et conjointes sont évidemment les bienvenus !

Nous utiliserons des réchauds électriques pour la fondue, ils pourront aussi servir pour réchauffer autre chose si besoin est.

Afin de nous permettre de prévoir les quantités de viande, bouillon, dessert et vaisselle nécessaires, **veillez nous envoyer un courriel à l'adresse**

**[juliev3249@hotmail.com](mailto:juliev3249@hotmail.com)**, et ce, **au plus tard le 10 février.**

**(Ou nous l'indiquer sur la feuille affichée au dojo.)**

Prière d'inscrire ce que vous apporterez, ou nous faire une surprise !

***Au plaisir de fêter la St-Valentin avec vous !***