



# ACADÉMIE JITAE TAEKWONDO

www.eveiltaekwondo.com 438-934-6379

## Ambiance chaleureuse et familiale

- Développement de la concentration
- Autodéfense physique et mentale
- Augmentation de l'appétit et du sommeil
- Autodiscipline
- Force mentale et physique
- Estime de soi
- Confiance, respect de soi et des autres
- Appartenance de groupe
- Tonus musculaire
- Cardio - Abdos
- Souplesse – Équilibre - Agilité

## Adultes Ados Enfants Débutants de tous âges !

- Débutants
- Inters
- Élites



À partir d'avril 2019	Lun	Mar.	Mer	Jeu.	Sam
Taekwondo Adultes Tous niveaux		20h 17h		20h 17h	10h30
TKD 3-5 ans		18h		18h	9h
TKD 6-9 ans Jaunes +	18h X	17h	18h X	17h	10h30
TKD débutants 9-14 ans	18h	19h X 17h	18h	19h X 17h	10h30
TKD Juniors 6 ans + Tous niveaux	18h X	17h	18h X	17h	
TKD Juniors Inters Jaunes 9 ans +	18h	19h X 17h	18h	19h X 17h	10h30
TKD Juniors Vertes +	19h X	19h 17h	19h X	19h X 17h	10h30

Paiements de 6 mois et plus (1 uniforme inclus valeur 50\$)  
50% aux parents inscrivant leur enfant

Accès illimités à tous les cours  
selon âge et niveau

Visitez nous sur Facebook  
2498 Henri-Bourassa est Ahuntsic

## Essai gratuit!