

Karate Martial

ENERGIE
INTERNE

SAMEDI 1^{er} - DIMANCHE 2

JUILLET 2017

Centre National
d'Entraînement de la FFKDA
200, rue Hélène Boucher
ZAC Jean Mermoz
CASTELNAU-LE-LÈZ 34170

Stage national

Zone
Sud

Sous la Direction Technique de

Guy SAUVIN

Bernard SAUTAREL

SAMEDI 1^{er} JUILLET

- 9h30 à 10h00 : Accueil des participants
- 10h00 à 11h00 : Cours distincts en atelier
- 11h00 à 13h00 : Cours commun
- 15h00 à 17h30 : Cours commun
- 19h30 : Buffet - Repas convivial

TARIFS

Inscriptions préalables ou sur place
Week-end : 20 euros - 1 jour : 10 euros

DIMANCHE 2 JUILLET

- 9h30 à 10h30 : Cours distincts en atelier
- 10h30 à 12h30 : Cours commun

Thème : Le travail interne dans la pratique du karaté

Cours adulte à partir de ceinture marron

Buffet : 20 euros (inscription préalable)