

La Zone Languedoc Roussillon de Karaté Organise

Stage SANDA SAM 24 MARS QINGDA

Centre National d'Entraînement

200, rue H. Boucher
34170 Castelnau le Lez



- Techniques de base Sanda.
- Travail à thème.
- Rappel du règlement compétition.
- Mises en situation (athlètes, coachs et arbitres).

ENFANTS : 14h00/15h30

ADULTES : 15h30/17h30

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Zone Languedoc Roussillon

04 67 64 78 39

Ludovic DARNER

06 77 95 69 83

darner.ludovic@outlook.fr

Gratuit
Licenciés FFK

