

La Fédération Française de Karaté
&
La zone interdépartementale de Lorraine



Stage Fédéral de **PRÉPARATION AUX GRADES**



© Denis Boulianger / FFK

avec Didier
LUPO
7^{EME} dan

DATE : Dimanche 11 mars 2018

LIEU : Centre des sports - av. Guynemer - 54700 Pont à Mousson

Professeurs & Assistants

La Fédération à l'honneur d'inviter les professeurs de clubs à la formation sur le programme technique des passages de grades.

HORAIRES DU STAGE : De 10h00
A 12h00

Candidats

Préparation aux passages de grades pour les candidats.
Stage gratuit avec bonification de points pour les examens de grades.

HORAIRES DU STAGE : De 14h00
A 16h00

THEMES :

Module 1 : KIHON en ligne - sur place et multidirectionnel - sur cibles

Module 2 : IPPON KUMITE - JYU IPPON KUMITE - JYU KUMITE