

Le Président

Laval, le 12 août 2016

Objet : Stage multi-disciplines à la découverte des arts martiaux

Madame, Monsieur,

A l'aube d'une nouvelle saison sportive et de la rentrée pour bon nombre d'entre vous qu'elle soit professionnelle ou scolaire, le comité départemental de Karaté et Disciplines Associées de la Mayenne organise un stage multi-disciplines permettant à toutes et tous, à partir de 12 ans (même les non-licenciés) de découvrir les arts martiaux et leurs diversités.

Ce stage **gratuit** se tiendra le

**SAMEDI 27 AOUT 2016,
de 14h à 17h, au Dojo du Centre multi-activités
rue Albert Einstein - 53000 LAVAL.**

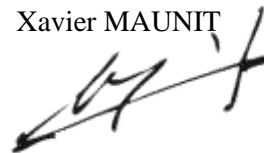
A cette occasion, vous aurez la possibilité de découvrir 3 disciplines différentes des arts martiaux :

- Le Arts Martiaux Vietnamiens avec un atelier d'initiation au bâton long, encadré par Monsieur MAUNIT Stéphy, ceinture noire 5^{ème} DAN.
- Le Krav-Maga avec un atelier de combat rapproché encadré par Monsieur MARTINEAU Olivier, ceinture noire 4^{ème} DAN.
- Et le Karaté avec un atelier self-défense encadré par Monsieur LEROUX Sylvain Leroux, ceinture noire 1^{ère} DAN.

Venez nombreux, découvrir ces activités physiques et sportives bénéfiques pour votre santé et votre sécurité.

Dans l'attente de vous retrouver, je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations sportives.

Xavier MAUNIT



Président du CDKDA53