



FEDERATION FRANCAISE DE KARATE ET DISCIPLINES ASSOCIEES
COMITE DU VAL DE MARNE

STAGE DEPARTEMENTAL PREPARATION AUX GRADES
Saison 2018-2019

STAGE DE PREPARATION AUX GRADES

DIRIGE PAR

DANIEL BAUR (8EME DAN)

Stages ouverts à tous

Des ceintures bleues

Aux ceintures noires



LES STAGES
PERMETTRONT DE
REFLECHIR SUR LES
BUNKAIS EN ALLANT
VERS UN TRAVAIL DE
IPPON KUMITE ET JIYU
IPPON KUMITE.

LES LUNDIS A 20H30

AU CENTRE DES BORDS DE MARNE

2 RUE DE LA PRAIRIE

94170 PERREUX-SUR-MARNE

15 Octobre : KANKU DAI

5 Novembre : TEKKI ½

19 Novembre : ENPI

17 Décembre : NIJU SHIHO

14 Janvier : BASSAI SHO

4 Février : JION

28 Janvier : SOCHIN

18 Mars : JION

15 Avril : TEKKI 3

13 Mai : UNSU

**Pour avoir accès à tous les stages départementaux, rendez-vous
sur le site :**

ffkarate94@gmail.com