



COMITÉ DÉPARTEMENTAL DES YVELINES
DE KARATÉ ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

STAGE PRÉPARATION PHYSIQUE COMPÉTITION

Sous la Direction de :

Edouard Houtman

Préparateur physique

Ce n'est pas un stage de remise en forme. L'intensité et le travail demandé ne conviendront pas à des compétiteurs qui ne seront pas au point physiquement.

*Dimanche **08 avril** 2018*

*Dimanche **13 mai** 2018*

*Dimanche **10 juin** 2018*

Minimes, Cadets, Juniors Seniors : 14h30 à 16h30

Tenue : Jogging, T-shirt, basket.

Ouvert aux compétiteurs du CDK78 munis d'un passeport avec licences dont celle de l'année en cours, d'un certificat médical et d'une autorisation parentale pour les mineurs

Attention, les lieux d'entraînement changeront au cours de l'année.

le **08/04/2018**

CENTRE SPORTIF ROGER CORBIN

80 rue Auguste Renoir - 78400 CHATOU