



L'US KARATE PEGOMAS organise

Un stage karaté

sous la direction de

ALAIN FERRY

7ème Dan, Expert Fédéral



**Kumite
Kata - Bunkai
Spécificités Wado**

Samedi 3 - dimanche 4 octobre 2020

Sur l'île Ste Marguerite

-baie de Cannes-

Stage: 15€ + hébergement au fort

**Nombre de places
limitées!**

Contact: 07 60 89 60 70



Organisation :

Samedi 3 octobre

- *Rendez-vous quai Laubeuf (Cannes): 8h
- *Départ bateau quai Laubeuf: 9h
- *Installation au fort île Ste Marguerite de 10h à 11h
- *Pique-Nique de 11h45 à 13h30
- => chacun amène son repas
- => repas type « auberge espagnole »
- *Entraînement de 14h15 à 16h15
- *Repas et soirée au fort pour ceux qui restent

Dimanche 4 octobre

- *Petit-déjeuner
- *Entraînement n°2 de 10h à 11h30

Tarifs :

Stage:

15€ = 2 entraînements (samedi+ dimanche)

10€ = 1 entraînement

Bateau A/R: adulte 11€ / enfant 9€

=> pour les participants du samedi

Hébergement (dortoirs de 8 à 10 personnes):

***Demi-pension: : adulte 58€ / -18 ans 34€**

= bateau A/R + repas samedi soir + petit déjeuner

***Pension complète: adulte 72€ / -18 ans 46€**

= idem demi-pension + repas dimanche midi

=> draps-couverture-coussin-taie d'oreiller sont fournis

Date limite d'inscription: 5 septembre 2020

Contact: 07 60 89 60 70



Inscription stage 3-4 octobre 2020, île Ste Marguerite

Dirigé par Alain Ferry

NOM : _____ PRENOM: _____

Adresse: _____

Tél: _____ Mail: _____

Club: _____

Je souhaite participer :

- Samedi 3 octobre : bateau A/R + stage => adulte: 21€ / ado: 19€
- Dimanche 4 octobre 2020 : bateau A/R + stage => adulte: 21€ / ado: 19€
- Samedi 3 + dimanche 4 octobre
- En demi-pension + bateau A/R + stage => adulte: 73€ / ado: 49€
- En pension complète + bateau A/R + stage => adulte: 87€ / ado: 61€

=>Prévoir le pique -nique du samedi midi , repas type « auberge espagnole »

Règlement par chèque à l'ordre de « US KARATE PEGOMAS »,

fait le : _____ à _____

Signature:

Tarifs:

Bateau: adulte: 11€ / -18ans:9€

Stage : 1 entraînement:10€ / 2 entraînements: 15€

Hébergement demi-pension + bateau A/R : adulte: 58€ / -18 ans:34€

Hébergement pension complète + bateau A/R : adulte:72€ / -18 ans:46€

* demi-pension (hébergement + repas samedi soir + petit déjeuner)

*pension complète (hébergement + repas samedi soir + petit déjeuner+ repas dimanche midi

*draps-couverture-oreiller-taie d'oreiller sont fournis

*hébergement en dortoir de 8 à 12 personnes