



# LIGUE REGIONALE OCCITANIE DE KARATE

---

## CONVOCATION

Cher(e) Athlète,

Vous êtes invité(e) à l'entraînement de la ligue Régionale Occitanie Combat et Kata dirigé par Hakim HOCINE et Jonathan PLAGNOL.

L'entraînement se déroulera :

**Le Dimanche 19 septembre 2021**

**De 14h30 à 16h30**

**Dojo de Carcassonne Olympique**

**10 avenue du Général Sarrail, 11000 CARCASSONNE**

Réservé aux catégories :

**Minimes, Cadets, Juniors et Espoirs**

Afin de respecter le protocole sanitaire en vigueur, vous devez arriver avec un masque et vous désinfecter les mains et être en possession d'un pass sanitaire valide pour les majeurs.

Le masque n'est pas obligatoire durant l'entraînement.

Cet entraînement de masse est ouvert aux compétiteurs dans le cadre de la préparation à la saison sportive 2021/2022.

Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter :

Secrétariat de la ligue : 04 67 15 91 94 / 06 31 02 19 22 - [occitanie@ffkarate.fr](mailto:occitanie@ffkarate.fr)

Entraîneur combat de la ligue : 06 14 01 32 72

**Matériel obligatoire :**

- Masque ;
- Kimono ;
- Ceinture correspondant au grade actuel ;
- Protections poings et pieds homologuées, protèges tibias et protège dents ;
- Bouteille d'eau.

Sportivement,

Hakim HOCINE  
Entraîneur Combat  
Ligue Occitanie

Jonathan PLAGNOL  
Entraîneur Kata  
Ligue Occitanie

**LIGUE REGIONALE OCCITANIE DE KARATE**

200 Rue Hélène Boucher – ZAC Jean Mermoz 34170 CASTELNAU LE LEZ

Tél : 04 67 15 91 94 / 06 31 02 19 22 - Courriel : [occitanie@ffkarate.fr](mailto:occitanie@ffkarate.fr) - Site : <http://sites.ffkarate.fr/occitanie/>