



**SAISON 2023-2024**

**DIMANCHE 17 MARS 2024**  
Gymnase de la Milliaire 57100 Thionville

**Entrée 5 €**

Gratuit pour les mineurs, les professeurs et dirigeants sur présentation de leur carte

**Droits d'inscription 3€**

Par compétiteur

Virement en ligne via le site compétition inscription en ligne avant le 03/03/24

**Date limite d'inscription**

03/03/2024 via le site compétition inscription en ligne

# OPEN SEMI-CONTACT INTERDISCIPLINES

## DE BENJAMIN A VETERAN

**KARATE FULL CONTACT KRAV MAGA AMV SANDA KARATE MIX**

**Dimanche 17 Mars 2024**

**08h45-09h00 : Contrôle et pesée Benjamin**

**10h-10h15 : Contrôle et pesée Minime**

**11h-11h15 Contrôle et pesée Cadet**

**13h30-13h45 : Contrôle et pesée Junior**

**15h00-15h15 : Contrôle et pesée Senior / Vétéran**

**Chaque compétiteur devra être en possession des pièces suivantes :**

- Licence de la saison en cours.
- Autorisation parentale pour les mineurs dans le passeport ou formulaire officiel.
- L'équipement nécessaire :

Benjamin : Casque, gant 6 ou 8oz, protège-tibias/pieds, protège-dents, coquille pour les garçons

Minime à Vétéran : Casque, gant 10oz (-72kg) ou 12oz (+72kg), protège-tibias/pieds, protège-dents, coquille pour les masculins, protège-poitrine pour les féminines.

**COMBATS SANS INTERRUPTION EN DEUX REPRISES.**

**POINGS, PIEDS, MISES AU SOL.**

**LOW-KICK À PARTIR DES CADETS.**

**MISE HORS COMBAT INTERDITE.**

**LES CONTACTS EXCESSIFS SONT INTERDITS ET SERONT PÉNALISÉS.**

**COUDES, GENOUX ET COMBAT AU SOL INTERDITS.**

**Seuls les compétiteurs, les coaches et les officiels accrédités seront acceptés sur les aires de compétitions.**

COMITE DEPARTEMENTAL DE MOSELLE DE KARATE – 1 rue Albert Boulanger – 57640 SAINTE-BARBE

MAIL : mosellekarate@gmail.com

SITE : sites.ffkarate.fr/comitemoselle/ – FACEBOOK : Comité Départemental de Moselle de Karaté