



SENSIBILISATION, INITIATION, FORMATION

KARATE CONTACT – KARATE FULL CONTACT

DIMANCHE 5 NOVEMBRE 2023

9h30-12h / 14h-16h30

Complexe Sportif Galinier

64, avenue de Verdun

33250 BRUGES

PROGRAMME

- 9h30 - 10h00 : **ACCUEIL** des Participants
- 10h00 - 12h00 : **PRESENTATION** des grands Champs de la réglementation FFK
 - Karaté Contact
 - Karaté Semi-Contact
 - Karaté Full Contact
 - Karaté Light Contact
 - L'Arbitrage

12h - 14h : **PAUSE RESTAURATION (libre)**

- 14h00 - 16h00 : **MISE EN PRATIQUE**
 - Ateliers thématiques
 - Initiation à la Gestuelle
 - Application en situations des points de règlements
 - Clarification des jugements semi/light/full

- 16h00 – 16h15 : **EXAMEN DEPARTEMENTAL**
Pour les candidats intéressés
- 16h15 – 16h30 : **Résultats de l'examen**



Fin du Stage