



## PROGRAMME COUPE DE BODY KARATE – DEC 2023

Date : Dimanche 03 Décembre 2023

Lieu : Gymnase Chemin de Langlade - 30310 VERGEZE

Programme de la journée :

- 10H : Convocation et contrôle des inscriptions des individuels et de toutes les équipes
- 10H30 : Echauffement des compétiteurs
- 10H45 : Début de la compétition

### **Remise des récompenses à la fin de la compétition**

Modalités de la compétition :

- Licence 2023/2024 au minimum
- Autorisation parentale pour les mineurs

Règlement : Consultable en ligne sur le site du CDK30

<https://sites.ffkarate.fr/gard/2023/11/03/coupe-departementale-body-karate>

Inscriptions en ligne par les clubs au plus tard le vendredi 24 novembre 2023

NB : Les compétiteurs doivent être licenciés au plus tard 3 jours avant la date limite

Renseignements :

[karategard30@gmail.com](mailto:karategard30@gmail.com)