

Stage de Karaté

organisé par le
Karaté Club de Metz
sous la direction de



JOËL NUNES

7ème Dan
Diplôme D'Etat

dimanche **18 décembre** 2022
de 9h00 à 11h45
Les Arènes de Metz
rue Louis le Débonnaire
57000 METZ

Programme:

9h00 - 10h30 : l'explosivité en Kumité
10h45 - 11h45 : Bunkai Kumité



Participation: 10 €
gratuit pour les professeurs accompagnés de 5 élèves
à partir de 11 ans  minimum



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

Pass Sanitaire Obligatoire

