



# Zone Interdépartementale Limousin de Karaté et Disciplines Associées

**STAGE GRATUIT INTER-DISCIPLINES**  
**Dimanche 26 mars 2023 de 14H00 à 18H00**  
**Dojo Robert LECOMTE à Limoges**



**KRAV MAGA**  
Maurice MORANGE



**KARATE**  
Daniel CERON



**Karaté « BONUS »**  
Daniel THOMAS  
Frédéric SUDRAUD  
Othmane JENNANE



**SANDA**  
Frédéric CHAUVIER  
Jérôme CHAGNAC

**Thème => Les déplacements en situation de combat.**



**Stage ouvert aux licenciés à partir de 12 ans**