

# FICHE D'INSCRIPTION AU STAGE DU 5 MARS 2017

## STAGE OUVERT à TOUS, TOUS NIVEAUX

### Tenue :

- Tee-shirt et Bas de survêtement ou short, Bas de kimono blanc ou tenue de Boxe.
- Chaussures de sport légères à semelles plates, à METTRE SUR PLACE, pas de chaussures de ville s'il vous plaît
- Protections complètes Obligatoires (Gants de Boxe ou de karaté, Protèges Dents, Protèges Tibias, Coquille pour Homme/Femme et Protège Poitrine pour Femme)
- Prévoyez de quoi vous essuyez et vous changez sur place car il n'y a pas de douches.

### Rythme du stage : ouvert à tous, Débutants comme Confirmés.

Le stage sera basé sur des échanges mutuels, respectifs pour les deux disciplines à un rythme accessible à tous.

Axé sur la découverte des deux pratiques dans leur sens communs ainsi que dans leurs différences.

L'approche technique et tactique, ainsi que le travail d'opposition des deux disciplines, vous aideront certainement à enrichir votre expérience.

### Déroulement du STAGE

Sur les 2 Heures du stage, matin comme après-midi

1 Heure de KARATE sportif et Karaté contact avec Hacem HAMOUR

1 Heure de BOXE FRANCAISE avec Tony ANCELIN

**La fiche d'inscription à compléter, signée puis scannée afin de l'envoyer par mail de préférence !**

**Au plus tard le VENDREDI 3 MARS à ifc.hamour@gmail.com**

Nom de Famille du responsable légal : .....

Nom de l'enfant ou ADULTE : ..... Prénom : ..... Club : .....

N° de Licence FFKDA ou FFSBF : .....

**Pour les MINEURS : J'AUTORISE Mon Enfant à participer au stage Organisé en date ci-dessous**

### **DIMANCHE 5 MARS 2017**

Enfants 8 – 15 ans de 10H à 12H

16 Ans et plus de 14H à 16H

➤ **Personnes joignables rapidement en cas d'accident (Nom et Tél Fixe ou Portable) :**

1 NOM ..... Tél : .....

2 NOM ..... Tél : .....

### Utilisation des Photos et Vidéos :

**J'autorise**

L'utilisation de mon image ou celle de mon enfant sur site internet et ou réseaux sociaux pour communiquer sur le stage.

**Je n'autorise pas**

### RÈGLEMENT SUR PLACE VIA LES MOYENS SUIVANTS

(Cocher la case correspondante)

Chèque à l'ordre de ifcHamour

Espèces

Fait le ..... À ..... SIGNATURE :