



# COURBEVOIE SPORTS KARATE

20 € les  
5 cours

**Organise un stage  
multi-disciplines**  
*ouvert à tous (à partir de 14 ans)*

5 €  
le cours

**Lundi 2 au vendredi 6 juillet 2018**

**19h30 - 21h30**

**Avec**

**Thierry PERBAL**

*5<sup>ème</sup> dan de Karaté - DEJEPS*

**Mohamed CHEMEUR**

*4<sup>ème</sup> dan de Karaté - DEJEPS*

**Christophe CABIRAN**

*4<sup>ème</sup> dan de Karaté Défense Training - DEJEPS*

**Christian LAVERDA**

*4<sup>ème</sup> dan de Karaté - DIF*

**Programme du stage :**

**Lundi 2 et vendredi 6 juillet :** Karaté traditionnel

**Mardi 3 juillet :** Karaté défense training\*

**Mercredi 4 juillet :** Self-défense Russe

**Jeudi 5 juillet :** Karaté contact

**Gymnase Jean Blot  
Dojo Karaté (R-1)  
21, rue Pierre Brossolette  
92 400 Courbevoie**

**Renseignements :  
Thierry PERBAL  
06.62.69.57.92  
thierry.perbal@wanadoo.fr**

\*Le Karaté défense training est une méthode efficace et dynamique de défense issue de la pratique du Karaté Traditionnel. Cette discipline est constituée de plusieurs modules : percussions, action/réaction, mise en situation et amenés au sol. Elle convient aux pratiquants souhaitant apprendre à se défendre rapidement sans contraintes techniques ni conventionnelles.