

# Cours gratuit Nihon Tai Jitsu en extérieur

Philippe Galais 7eme dan ffk expert fédéral

Responsable technique national nihon tai jitsu

Vik Bhadye 7eme dan kyoshi Ntj Nippon seibukan  
responsable technique île de france



## REPRISE DES ACTIVITÉS DES CLUBS

Suite aux dernières annonces du Président de la République, du Ministre de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports, et de la Ministre déléguée chargée des Sports, de nouvelles mesures sont entrées en vigueur pour le sport à partir du jeudi 8 avril 2021 à minuit.

La pratique du karaté et des disciplines associées doit donc se faire uniquement de manière individuelle, en extérieur et sans contact.

Le présent protocole est susceptible d'évoluer en fonction des nouvelles directives gouvernementales.

### LES RÈGLES DE DISTANCIATION LES GESTES BARRIÈRES



- La distanciation physique est obligatoire (2 mètres entre chaque pratiquants)
- Les pratiques autorisées doivent être fondées sur :
  - La remise en forme,
  - Le travail technique (Kata, Kihon, Quyen, Taichi, Taolu...)
  - La réalisation de « jeux » pour les plus jeunes
- Le lavage des mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique doit être fréquent.

### LE PORT DU MASQUE

- Porter son masque dès son arrivée sur le lieu de pratique et le garder pour tout déplacement.
- Retirer son masque uniquement dans le cadre de la pratique.



### LES VESTIAIRES

Tous les vestiaires sont fermés jusqu'à nouvel ordre.

- Chaque pratiquant doit venir en tenue.



Dimanche 9 mai 10h/12h

Gymnase extérieur 52 rue condorcet 92140 clamart  
tenue de sport / bâton court ou tanto en bois, bâton long  
Contact Guy Lecaplain 06 80 07 35 15



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
KARATÉ

Cours extérieur également retransmis en visio.lien sur [ntjidf.com](http://ntjidf.com)