

# ENTRAINEMENT DÉPARTEMENTAL KARATÉ FULL CONTACT / KARATÉ CONTACT



## Samedi 20 janvier 2024 14h00 - 17h00

**JEAN CARBONNIER**  
DESJEPS - 8<sup>ème</sup> Dan  
Expert Fédéral  
Karaté Contact  
Karaté Full Contact  
**TRAVAIL TECHNIQUE**



**FRANCIS PLANA**  
DESJEPS - 6<sup>ème</sup> Dan  
Karaté traditionnel  
Karaté Contact  
Karaté Jutsu  
**PRÉPARATION AUX GRADES**

