



Commission Para-Karaté

## Journée Parakaraté IDF Samedi 14 Février 2026

Contact : [secretaire.idf@ffkarate.fr](mailto:secretaire.idf@ffkarate.fr)  
Secrétariat : 01.57.99.80.43

### PROGRAMME

Lieu : Complexe sportif du Luat  
Route de Montlignon  
95600 EAUBONNE

**Activités (Licenciés et non licenciés) :**

❖ **4 ateliers :**

- ✓ Body Karaté
- ✓ Karaté (Kata / Combat avec cible)
- ✓ Nihon Tai Jitsu
- ✓ Self Défense

❖ **Horaires :**

- ✓ 13h15 : Accueil des intervenants
- ✓ 13h45 : Accueil des personnes en situation de handicap, des accompagnants et des bénévoles
- ✓ 14h à 16h : Passages sur les ateliers
- ✓ 16h15 à 16h30 : Démonstrations de karaté par des personnes porteuses de handicap
- ✓ 16h30 : Pot de l'amitié

**Contacts :**

- 📞 01.57.99.80.44
- ✉️ [secretaire.idf@ffkarate.fr](mailto:secretaire.idf@ffkarate.fr)



12 rue Danton – 92120 MONTROUGE