



Commission Para-Karaté

Journée Parakaraté IDF
Samedi 14 Février 2026

Contact : 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



12 rue Danton – 92120 MONTROUGE