



STAGE KARATE

Ouvert à tous les pratiquants
d'arts martiaux et défense

Samedi 16 Décembre 2023

ARTENIUM de Ceyrat,
4 Parc de l'artière, 63122 Ceyrat

Horaires :

9h30 : Accueil et inscription des participants

9h45 - 11:45 : Cours tous niveaux (thème 1)

14h15 - 16:15 : Cours tous niveaux (thème 2)

Possibilité de repas en commun (inscription le matin)

Thèmes :

- clés** : techniques fondamentales et avancées (matin)
- esquives** : travail technique, mises en application martiales et défense (après-midi)

Tristan Fleury

Expert Régional FFKaraté

6^{ème} Dan Karaté

3^{ème} Dan Yoseikan Budo

Professeur de Tai Chi et de Qi Gong

Participation :

1 cours : 15,00 €

2 cours : 25,00 €

Contact : 06 66 67 41 80
tristan.fleury@free.fr

