Stage d'Arts Martiaux

Ouvert à tous les pratiquants d'arts martiaux et défense

Samedi 7 novembre 2026

ARTENIUM , 4 Parc de l'artière, 63122 Ceyrat

Horaires :

9h30 : Accueil et inscription des participants

9h45 - 11:45 : Cours tous niveaux (débutants et avancés)

Possibilité de repas en commun (inscription sur place le matin).

Tarifs : 20€

Thème :

Kansetsu Waza

clés - luxations - immobilisations - dégagements

Ces techniques ont une place prépondérante dans les pratiques martiales. Souvent cachées dans les katas/taolu, elles sont indispensables en self défense et en applications. De nombreux aspect seront abordés et notamment : découverte des clés, pratique efficace et réaliste, utilisation dans les bunkaï, lien avec les tuishou, les te odoki...



Tristan Fleury

Expert Régional FFKaraté

6ème Dan Karaté - 3ème Dan Yoseikan Budo

Professeur de Tai Chi et de Qi Gong

Contact :

06 66 67 41 80 tristanfleury.63@gmail.com

Comité Départemental du Puy-de-Dôme
De Karaté et Disciplines Associées

Tél. 04 73 92 43 44
comitepuydedomekarate@gmail.com
https://sites.ffkarate.fr/puydedome/