



Nom du club : KARATÉ CLUB LA RAVOIRE

Discipline : karaté, Qi gong, Tai Chi Chuan, Krav Maga, Bien être, Body karaté, sabre laser

Style : Wado

Jours et Heures entrainements

Lundi:

Tai Chi Chuan (dojo promenade Villard Valmar La Ravoire) : 18H00/19H00 cours débutant et intermédiaire
19H15/20h15 applications martiale et

énergies internes

Krav Maga (dojo promenade Villard Valmar La Ravoire): 20H30/21H45 tout niveau

Body Karaté Novalaise (salle polyvalente Novalaise): 19H00/20H00 cours dynamique

20H00/21H00 cours respiration, étirements et
assouplissements

Mardi :

Karaté:

- Saint Jean d'Arvey (salle des fêtes): 18H00/19H00 enfants 6-8 ans, 19H00/20H00 enfants 9-12 ans
- Curienne (salle des fêtes): 17H45/18H45 cours enfants
- Novalaise (salle polyvalente): 18H00/19H00 cours enfants/ados, 19H00/20H30 cours adultes
- Porte de Savoie (salle polyvalente de Francin): 18H00/19H00 cours enfants, 19H15/20H15 cours ados/adultes

Qi Gong (dojo promenade Villard Valmar la Ravoire): 18H30/19H30

Mercredi :

Body La Ravoire (salle des glaces, lycée du Granier) : 19H00/20H00

Bien être (salle des glaces, lycée du Granier): 18H00/19H00

Tai Chi Chuan (salle saint-etienne, la Ravoire): 18H45/19H45 cours avancés

Jeudi :

Karaté (gymnase municipal de La Ravoire): 17H30/18H30 cours enfants, 18H30/20H00 cours ados/adultes

Sabre laser (gymnase municipal de La Ravoire): 17H30/18H30



Nom du Président: Jérôme Oziol

Nom du professeur: Richard Ehny

Diplôme du professeur: DEJEPS karaté et disciplines associées

Noms des assistants et diplômés :

- **Jeff Curat, DAF**
- **Pascal Bernard, DAF**
- **Laurence Zulian, DIPLOME MONITEUR PROFESSIONNEL**
- **Gérard Montet, DIF**
- **Joël Olivon, DIF**
- **Jérôme Oziol, DIF**
- **Franck Senechal, DIF**
- **Raphael Mariani, DIF**
- **Carlos Arce, DAF**

- ***Mail : richard.ehny@gmail.com***
- **Téléphone: 06 19 28 08 30**

Site internet : karateclublaravoire.com