



## Septembre 2023

Dim. 17 Septembre 2023 de 10h à 12h	Stage de Karaté dirigé PAR Serge CHOURAQUI 9ème Dan Expert Fédéral	Lagny	Stages
Sam. 30 Septembre 2023 de 10h à 12h	Stage gratuit Karaté Light Contact animé par Hervé Marianne	Moret sur Loing	K.Light Contact
Sam. 30 Septembre 2023 de 11h15 à 13h15	Stage Tonfa dirigé par Moncef ABDELWAHED 7ème DAN de Karaté et 5ème DAN Kobudo	Gretz-Armainvilliers	Stages

## Octobre 2023

Sam. 7 Octobre 2023 de 14h à 17h30	Stage arbitrage Kata et Combat	Saint-Germain sur Morin	Stages
Dim. 8 Octobre 2023 de 10h à 12h	Entrainement combat Sami	Melun	Entrainement
Ven. 13 Octobre 2023 de 19h à 21h	Stage animé par Martial GAUTHIER Expert Régional 7ème Dan	Moret sur Loing	Karaté
Sam. 14 Octobre 2023 de 13h à 17h	Stage de Libre Fighting encadré par Fabien Guillaume	Lagny	Stages
Sam. 14 Octobre 2023 de 10h à 11h30	Opération Body Karaté en Rose		Body Karaté
Sam. 21 Octobre 2023 de 14h à 16h30	Stage KARATE KUMITE animé par Mickael SERFATI Champion de France 2023	Ozoir La Ferrière	Stages

## Novembre 2023

Sam. 4 Novembre 2023	Championnat kata Départemental Cadets Juniors Séniors Vétérans Équipe Cadets-Juniors/Séniors	Villeparisis	Compétitions
Dim. 5 Novembre 2023	Coupe Élite Départementale Katz Pupilles Benjamins Championnat Départemental Kata Minimes	Villeparisis	
Dim. 12 Novembre 2023 de 10h à 12h	Stage Départemental Préparation aux grades animé Par Pascal MAGNY 7ème Dan Expert Régional	Claye Souilly	Karaté
Mer. 15 Novembre 2023 à 19h30	Formation pour les jurys des grades AMV	Ozoir La Ferrière	AMV
Dim. 19 Novembre 2023	Formations AFA et DAF	Mouroux	Formations
Dim. 19 Novembre 2023 de 10h à 12h	Stage Combat Karaté	Melun	
Mer. 22 Novembre 2023 de 19h30 à 21h	Stage Karaté animé par Jean-Pierre LAVORATO 10ème Dan Expert Fédéral	Moret sur Loing	Stages



## Calendrier 2023-2024

### Novembre 2023

Du Ven. 24 au Sam. 25 Novembre 2023	Stage de Karaté organisé par MNSP KARATÉ CLUB NEMOURS avec Jean-Pierre LAVORATO Expert Fédéral 10ème Dan	Nemours	Stages
Sam. 25 Novembre 2023	Stage arbitrage kata	Ozoir La Ferrière	Stages
Sam. 25 Novembre 2023 de 15h30 à 17h	Information aux grades		Stages
Dim. 26 Novembre 2023 de 14h à 16h	Stage Pédagogie Martiale animé par Cyril GUENET responsable de l'école fédérale de formation	Mouroux	Formations

### Décembre 2023

Sam. 2 Décembre 2023	Examen de grades AMV du 1° au 4° Dang	Tournan en Brie	AMV
Dim. 3 Décembre 2023	Formation DAF	Mouroux	Formations
Dim. 3 Décembre 2023 de 10h à 12h	Stage Kata/Bunkai animé Par Pascal MAGNY 7ème Dan Expert Régional	Claye Souilly	Karaté
Sam. 9 Décembre 2023 de 15h à 17h	Stage Pédagogie Martiale animé par Cyril GUENET responsable de l'école fédérale de formation	Mouroux	Formations
Dim. 10 Décembre 2023	Formation DIF	Mouroux	Formations
Sam. 16 Décembre 2023	Passage examen 2ème Dan Karaté	La Ferté Gaucher	Grades
Dim. 17 Décembre 2023	Formation DIF	Mouroux	Formations
Dim. 17 Décembre 2023 de 10h à 12h	Stage Karaté Mix animé par Miguel Xavier	Othis	Karaté Mix
Jeu. 21 Décembre 2023 de 19h à 21h	Stage de Karaté animé par Martial GAUTHIER Expert Régional 7ème Dan	Champagne sur Seine	Stages

### Janvier 2024

Sam. 13 Janvier 2024	CHAMPIONNAT DÉPARTEMENTAL KUMITE Minimes, Cadets, Juniors, Séniors, Vétérans OPEN, Équipe seniors	Saint-Germain sur Morin	Compétitions
Sam. 13 Janvier 2024 de 10h30 à 12h	Stage arbitrage combat	Saint-Germain sur Morin	Arbitrage
Dim. 14 Janvier 2024	CHAMPIONNAT DÉPARTEMENTAL KUMITE Benjamines, Benjamins, Pupilles féminines, Pupilles masculins	Saint-Germain sur Morin	Compétitions
Dim. 21 Janvier 2024	Formation DIF	Mouroux	Formations



# Calendrier 2023-2024

## Janvier 2024

Sam. 27 Janvier 2024	Passage de grades 3ème et 4ème Dan Karaté	Othis	Grades
Dim. 28 Janvier 2024	Formation DIF	Mouroux	Formations

## Février 2024

Sam. 3 Février 2024 de 15h à 17h30	Stage Karaté Mix animé par Miguel XAVIER		Karaté Mix
---------------------------------------	--	--	------------

## Mars 2024

Ven. 1 Mars 2024 de 19h30 à 21h30	Stage de Karaté dirigé PAR Christian CLAUSE 9ème Dan Expert Fédéral	Fontainebleau	Karaté
Du Sam. 9 au Dim. 10 Mars 2024	Open Karaté 2024 Kunité Kata	Saint-Germain sur Morin	Compétitions
Sam. 16 Mars 2024 de 10h à 15h30	Stage Arnis Kali Animé par Lionel FROIDURE 6ème Dan Arnis Doblete Rapilon WADR	Moissy-Cramayel	FFK
Dim. 17 Mars 2024	Stage de Karaté Animé par Lionel FROIDURE 6ème Dan FFK	Moissy-Cramayel	Karaté
Dim. 17 Mars 2024 de 10h à 12h	Stage Combat Karaté animé par Sami	Saint Mammès	Stages
Ven. 22 Mars 2024 de 19h à 21h	Stage de Karaté animé par Martial GAUTHIER Expert Régional 7ème Dan	Moret sur Loing	Stages
Sam. 30 Mars 2024	Passage de grades 1er et 2ème Dan Karaté	Montereau	Grades

## Avril 2024

Sam. 6 Avril 2024 de 10h à 12h	Stage Karaté Mix dirigé par Miguel XAVIER	Saint Mammès	Karaté Mix
Sam. 6 Avril 2024 de 15h à 16h30	Stage Technique Body Karaté	Saint Fargeau Ponthierry	Body Karaté
Sam. 13 Avril 2024 de 10h à 12h	Stage Combat Karaté animé par Sami	Melun	Karaté
Mer. 24 Avril 2024 à 19h30	Formation pour les jurys des grades AMV	Ozoir La Ferrière	AMV
Du Sam. 27 au Dim. 28 Avril 2024	Stage Karaté MasterClass animé par D.Valéra, J.P.Lavorato, B.Bilicki, Z.Oshiro	Ozoir La Ferrière	Karaté

## Mai 2024

Mer. 1 Mai 2024	Stage de clôture saison	A déterminer	Arbitrage
-----------------	-------------------------	--------------	-----------



# Calendrier 2023-2024

## Mai 2024

Mer. 22 Mai 2024 de 19h30 à 21h	Stage de Karaté dirigé par Christian CLAUSE 9ème Dan Expert Fédéral	Moret sur Loing	Karaté
Dim. 26 Mai 2024 de 10h à 11h30	Stage Body Karaté	Othis	Body Karaté
Dim. 26 Mai 2024 de 10h à 12h	Stage Combat Karaté animé par Sami	Crécy-La-Chapelle	Karaté
Mar. 28 Mai 2024 de 19h15 à 20h45	Stage de Karaté dirigé par Christian CLAUSE 9ème Dan Expert Fédéral	Dammartin en Goële	Karaté
Jeu. 30 Mai 2024 de 19h30 à 21h30	Stage Karaté Shotokan animé par Miguel XAVIER	Champagne sur Seine	Karaté

## Juin 2024

Sam. 1 Juin 2024 de 15h à 17h	Stage d'information sur la réglementation des grades	Fontainebleau	Stages
Dim. 2 Juin 2024	Coupe poussins	Saint-Germain sur Morin	Compétitions
Sam. 8 Juin 2024	Examen de grades AMV du 1° au 4° Dang	Ozoir La Ferrière	AMV
Ven. 14 Juin 2024 de 18h30 à 20h30	Stage Karaté animé par Sensei Zenei OSHIRO	Savigny-Le-Temple	Karaté
Sam. 15 Juin 2024	Passage de grades 2ème, 3ème et 4ème Dan Karaté	Fontainebleau	Grades
Sam. 15 Juin 2024 de 14h30 à 17h	EXAMEN 1er 2ème 3ème et 4ème DAN KRAV MAGA	Ozoir La Ferrière	Grades
Sam. 22 Juin 2024 de 10h à 12h	EXAMEN 1er 2ème 3ème et 4ème DAN KRAV MAGA	Ozoir La Ferrière	Grades
Dim. 23 Juin 2024 de 09h30 à 12h30	Karaté Stage de Cohésion CDK77 Experts animés par sensei Kenji NAKATA 8 ème DAN et Sensei Christian CLAUSE 9 ème DAN	Fontainebleau	Karaté

## Juillet 2024

Du Sam. 6 au Mer. 10 Juillet 2024	Stage d'été Karaté-Do animé par Sensei Christian CLAUSE Expert Fédéral 9 ème DAN	Melun	Karaté
--------------------------------------	---	-------	--------