



STAGE LIONEL FROIDURE – 6^{ème} Dan

30 janvier 2022 – 10 h à 16 h



Dojo de la Soudinière

Rue de la Rabalette - St Gilles Croix de Vie



Ce stage est organisé par le Karaté Club du Pays de Saint Gilles Croix de Vie avec le soutien du Comité Départemental de Karaté de Vendée.

Ce stage **GRATUIT** sera animé par Lionel FROIDURE, 6^{ème} dan de karaté shotokan et ancien membre de l'équipe de France combat, 5^{ème} degré Arnis Kali*

Ce stage, dans la plus pure tradition du Karaté style shotokan, s'adressera aux licenciés FFKDA à partir de 14 ans

Déroulement :

Matin : 10h00 à 12h00 - Kata bunkai

Après midi : 14h00 à 16h00 --Karate Jutsu



Le pass sanitaire ou le test PCR validité de 24 heures sera obligatoire

* Le Kali Arnis Eskrima (parfois abrégé en KAE) est un groupe d'arts martiaux faisant partie de la branche du silat originaire des îles Philippines dit silat FMA pour "filipino martial arts". Bien qu'il ait une composante mains nues, l'entraînement est axé principalement sur le travail des armes