



Comité Départemental des Yvelines de Karaté et
Disciplines Associées

STAGE ELITE 78

Adam Jacqueray

EX Membre Equipe de France
5x Champion de France

Edouard Houtman

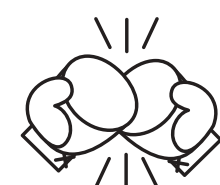
Ex athlète de haut niveau
Préparateur physique



**PRÉPARATION PHYSIQUE
KUMITE**

Stage ouvert à tous

à partir de minime pour la prépa physique
A partir de benjamin pour l'entraînement kumite
Pensez à ramener vos kimonos et vos protections



Dimanche 18 Septembre 2022

de 10h-16h

Plaine des sports - Buchelay 78200

Contact: adam.jacqueray@cdk78.fr



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ