

Samedi 25 et dimanche 26 juin 2011



Stage Karaté Do Shotokai

Au club :

KARATE-DO AIKIKAN SHOTOKAI

Directeur technique : Aziz Douaouria

Thèmes du stage : - travail autour du KATA GANKAKU,
- travail de sensation sur des techniques traversantes
(Kihon dynamique avec partenaire)
- éducatifs au JYU IPPON KUMITE (travail collaboratif).

Direction du stage : Andoche KAINÉ 3^{ème} Dan FFKDA
Patrick AVEL 5^{ème} Dan FFKDA



Lieu : Gymnase du COSEC, avenue de la Comète (près du parc Jouvet) 28000 Valence

Pour les adolescents et adultes

Samedi matin : 9h30 à 11h30 adolescents et adultes tous niveaux
Samedi après-midi : 16h à 17h45 adolescents et adultes tous niveaux
17h50 à 18h30 adolescents et adultes ceintures marron et noires
Dimanche matin : 9h30 à 11h30 adolescents et adultes tous niveaux

Pour les enfants (jusqu'à 12 ans)

Samedi : 14h30 à 15h 30

Pour l'hébergement, il y a la possibilité de dormir chez l'habitant à condition de prévenir un peu à l'avance.
Hôtels à proximité : L'Epervière – Valence Tel : 04-75-42-32-00

REPAS : - Samedi midi : libre
- Samedi soir : repas en groupe pour ceux qui le souhaitent (Inscription et réservation sur place)

Tarifs :

- adultes : 30 euros,
- ados : 25 euros,
- enfants : 5 euros
- enfants et adultes venant d'un autre pays que la France : gratuit.



Pour avoir plus de renseignements, contacter : **Aziz DOUAOURIA (06 89 71 09 08)** ou **Andoche KAINÉ (06 18 18 08 67)**