Association Vaud – Fribourg de Karaté

STAGE CARREFOUR DE KARATE

SAMEDI 3 FÉVRIER 2018

LA TOUR-DE-PEILZ

Programme :

09h30 à 10h20 BODY KARATE
Eveil du corps en musique et condition physique
Intervenant : Donato Zecca (KC Jaguar Vallorbe)

10h30 à 11h20 KUMITE COMPETITION
Les techniques qui marquent en compétition
Intervenant : Fehmi Mahalla (KC Dardania)

11h30 à 13h00 PIC-NIC CANADIEN
Chacun apporte de quoi manger et boire

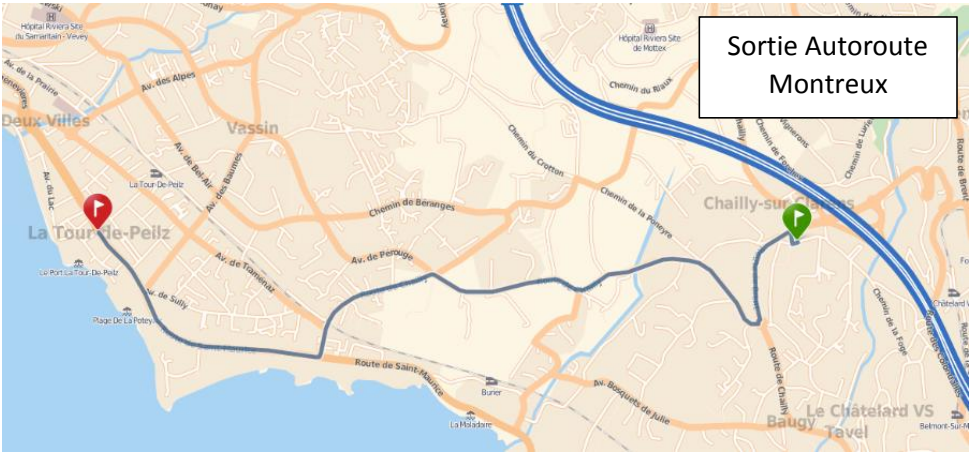
13h10 à 14h00 KOBUDO
Initiation aux armes traditionnelles okinawaiennes
Intervenant : Laurent Batiste (AOKKS- KC La Tour-de-Peilz)

14h10 à 15h00 KARATE JUTSU
Applications en karaté Jutsu
Intervenant : Reynald Olivier (KC Cobra Fribourg)

Prix :
Stage gratuit pour tous les membres de l'AVFK

Lieu :
Salle de Gym des Marronniers, Avenue des mousquetaires, 1814 La Tour-de-Peilz (voir plan au verso)

Pour toutes informations : mgheza@hotmail.com



Arrivé à La Tour-de-Peilz, prendre l'avenue des Mousquetaires.

<u>Lieu :</u>
Salle de Gym des Marronniers
Avenue des Mousquetaires
1814 La Tour-de-Peilz