

KARATE-DÔ SHOTOKAÏ

Collectif Auvergne Rhône-Alpes

SEMINAIRE REGIONAL CEINTURES BLEUES MARRONS NOIRES

Samedi 22 Avril 2017
au Dôjô de Vilette d'Anthon (38)

Dirigé par les Sensei :

Alain MITRANI - Philippe BELLA - Damien BERT - Nicolas MOULIN - Xavier BOULAI

Programme du séminaire :

9h00 -

9h30 - 10h00 -

10h00 - 11h00 -

11h00 - 12h00 -

12h30 -

13h30 -

14h15 - 14h45 -

14h45 - 15h45 -

15h45 - 16h45 -

16h45 - 17h45 -

17h45 - 18h30 -

18h30 -

Accueil des pratiquants

Taïso

Keiko 1

Keiko 2

Déjeuner

Réunion Professeurs Instructeurs

Taïso

Keiko 3

Keiko 4

Keiko 5

Shiatsu

Retour sur le séminaire

A partir de 19H30

Soirée festive

Tarifs :

30€ - Inscription avant le 15 Avril

40€ - Inscription le jour même

Renseignements :

Damien BERT - 06 03 24 09 55 - bushidokai38@gmail.com

Inscriptions :

Stéphane LOPRETE - 06 67 65 20 15 - loprete.stephane@orange.fr

Vincent LERGES - 06 65 10 98 59

Adresse du dôjô :

Dojo de Vilette d'Anthon - Rue des Fauvettes - Mons Asnières
38280 Vilette d'Anthon