



KARATE-DO

STAGE DE RENTRÉE

Organisé par le KARATE CLUB DE RUNGIS



Éveil musculaire / Remise en forme

Travail Kihon – Assauts conventionnels

Étude de Kata et ses applications

Préparation aux Grades

INSCRIPTION SUR PLACE
Ouvert à tous à partir de
ceinture bleue

Wisly MARCENAT
6^{ème} DAN - DESJEPS

Lundi 29 Août
Mardi 30 Août
Mercredi 31 Août

19H00 – 21H00

1 cours : 15€

2 cours : 25€

Stage complet : 30€

12 Petite voie des Fontaines
94150 RUNGIS

Accès :

- Autoroute **A86** **A6**
- BUS **216** **131** **396** **Tvm**
- Tramway **T** **7**

Contact : 06 60 68 93 00

Mail: w.marcenat@gmail.com