



Karaté Club de GENILAC



DOJO « le Feloin » Route des bourdonnes à GENILAC

16 et 17 Octobre 2015 GRAND STAGE D'ARTS MARTIAUX

Animé par Thierry ALIBERT

Expert en arts martiaux internes et techniques énergétiques. Fondateur de l'école TAO

6^{ème} DAN FFKDA de Karaté Full Contact



QI QONG

(yi jin jing qi gong pour renforcer muscles et tendons) 一

Le vendredi 16 Octobre de 20h00 à 22h00

TAI JI QUAN

(L'ancrage dans les mouvements de base du TAI JI de style YANG « la terre » et ses applications martiales) 一

Le samedi 17 Octobre de 09H00 à 13H00

KARATE FULL CONTACT

(Méthode d'occupation de l'espace et du déplacement : Travail technico-tactique sur la base "du système 5" avec approche du travail des feintes, des parades et remises en pieds-poings.

Programme utile pour toutes les pratiques martiales et sports de combats) 一

Le samedi 17 Octobre de 15H à 18h00

TARIFS

Le vendredi soir 15 € - Le samedi matin 30 € - Le samedi APM 20 €

Le vendredi soir + le samedi matin 40 € - Le samedi la journée 45 €

Le vendredi soir + le samedi la journée 60 €

Les inscriptions peuvent se faire sur place le jour J, cependant pour des raisons d'organisation il est souhaitable et préférable de confirmer à l'avance votre présence par téléphone ou par mail auprès de Philippe BESSON.

Tel : 06 67 58 58 06

Mail : besson.philippe@wanadoo.fr

Merci de votre compréhension

