

ASSOCIATION KARATÉ
ANCENIS ORGANISE

STAGE DE KARATE DO

Dirigé par

Philippe BABIN

5^{ème} dan
Bees 2^{ème} degré

JITTE

5 avril 2015

A partir de 12 ans—Tous grades

10 h à 12 h

Ouverture 9 h 30

Thématique :

Importance du gainage dans notre pratique.

Utilisation Bo et Tonfa en application de JITTE

Participation :

5 € - Gratuit adhérents AKA



ASSOCIATION KARATÉ
ANCENIS ORGANISE

Complexe sportif du Pontreau

385, bd Joseph Vincent

44150 Ancenis

Renseignements :

association.karate.ancenis@gmail.com

