

SAMEDI 20 ET DIMANCHE 21 FEVRIER 2010



Halle Clémenceau
Bvd Clémenceau
38 100 GRENOBLE

COUPE DE FRANCE NANBUDO

RANDORI/JU-RANDORI - KATA

Masculins/Féminins - Individuels/Equipes

SAMEDI 20 FEVRIER 2010 :

- 9h00 - 10h00 : *contrôle et vérification des inscriptions*

- 10h00 - 10h30 : *échauffement*

- **10h30 : DEBUT DES COMPETITIONS**

DIMANCHE 21 FEVRIER 2010 :

- 8h - 8h30 : *contrôle et vérification des inscriptions*

- 8h30 - 9h : *échauffement*

- **9h : DEBUT DES COMPETITIONS**

- **11h30 : DEBUT DES FINALES ET REMISE DES RECOMPENSES**

ATTENTION

1 - DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 2 FEVRIER 2010

5€ pour les + de 16 ans, gratuit pour les - de 16 ans

Par mail : gabriel.david@wanadoo.fr

2 - LES COMPETITEURS DOIVENT ETRE A JOUR DE LEUR COTISATION 2009-2010 A LA DATE LIMITE DE L'INSCRIPTION

(photocopie passeport FFK exigée au dépôt de l'inscription)

AUCUNE DEROGATION

(présentation des passeports FFKDA et carte AFDP Nanbudo obligatoire)

Vous pouvez aussi vous procurer un dossier d'inscription auprès de la Fédération Française de Karaté :

F.F.KARATE Porte d'Orléans, 39 rue Barbès-92120 MONTRouGE

Tel : 01 41 17 44 40 – Fax : 01 41 17 05 65 – email : competition@ffkarate.fr ou sur www.ffkarate.fr