



POSSIBILITE D'INSCRIPTION SUR PLACE

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

STAGE NATIONAL des EXPERTS JAPONAIS 2011

Stage fédéral ouvert aux débutants et aux ceintures noires et professeurs

samedi 1^{er} et dimanche 2 octobre 2011
au Gymnase Pierre de Coubertin à PARIS (Porte de Saint Cloud)

Forfait de 25 € par personne

Nom:

Prénom:

Adresse:

Code postal et ville:

Tel:

Mail:

N° de licence: Grade:

Enseignant: OUI NON Club:

Diplôme(s):

Pour que votre inscription soit prise en compte, merci de nous retourner votre formulaire d'inscription accompagné de votre règlement par chèque bancaire à l'ordre de la FFKARATE à l'adresse suivante :

Fédération Française de Karaté
A l'attention de Morwena VEYSSIERE
Porte d'Orléans
39, rue Barbès
91120 MONTRouGE

Pour tout renseignement :

Giovanni TRAMONTINI : 06 86 55 97 38 - gtramontini@ffkarate.fr

Morwena VEYSSIERE : 01 41 17 44 43 - mveyssiere@ffkarate.fr

STAGE DES EXPERTS JAPONAIS

1 et 2 octobre 2011 - Gymnase Pierre de Coubertin à Paris

SAMEDI 1 OCTOBRE (matin)			
9H40	Salut en commun		
9H45 à 11H15	Cours en commun en salle principale Rappel des fondamentaux et des techniques de base pour les chutes : - MOCHIZUKI - AOSAKA		
11H15 à 11H30	Pause		
11H30 à 13H	SALLE N° 1 Les atémis - OMI - SATO - KAWANISHI	SALLE N° 2 Les déplacements - OKUBO - OTSUKA	SALLE N° 3 Les clés et immobilisations - MOCHIZUKI - AOSAKA - KAMOHARA
13H	Salut en commun		
SAMEDI 1 OCTOBRE (après-midi)			
15H30 à 17H	SALLE N° 1 La distance -NAKATA -SATO -KAMOHARA	SALLE N° 2 Les blocages -OSHIRO -SHIMABUKURO-	
17H à 18H30	Cours en commun, en salle principale Rappel des fondamentaux pour les projections et amenés au sol : - MOCHIZUKI - AOSAKA		
18H30	Salut en commun		
18H40	Démonstration des experts japonais		
DIMANCHE 2 OCTOBRE (matin)			
9H25	Salut en commun		
9H30 à 11H	SALLE N° 1 Les Bunkaï - NAKAHASHI - TSUKADA - ADANIYA	SALLE N° 2 La respiration - OSHIRO - NAKATA	
11H à 12H30	Cours en commun avec tous les intervenants présents		
12H30	Salut en commun		