

**dimanche 18 novembre 2007 :**

***Si on bougeait !***

## **STAGE FEMININ REGIONNAL ILE DE FRANCE**

Ce stage sera encadré exclusivement par des femmes. Ouvert aux femmes, adolescentes et petites filles d'Ile de France quel que soit leur niveau (déjà pratiquantes ou débutantes).

Les non-licenciées peuvent participer en fournissant un certificat médical d'aptitude.

Le stage aura lieu sous forme d'ateliers permettant la pratique de différents styles (Karaté et karaté-jutsu).

Une occasion unique de rencontre, d'échange, de débat.

**Horaires :**

**Dimanche matin de 9h30 à 12h 30**

**Dimanche après midi de 14h à 17 h**

**Lieu :**

**Au nouveau Dojo Olivier Pierre GOIN (gymnase Henri Wallon), 1 avenue de Stalingrad à **Bagneux**.**

**-ENTREE GRATUITE -**

**UNE PRATIQUE MULTIFORME POUR TOUS LES AGES, TOUS LES NIVEAUX, TOUTES LES CONDITIONS PHYSIQUES.**

**Encadrement : instructrices fédérales  
et éducatrices sportives diplômées d'Etat**

Contact : FFKAMA Ile de France: 01 55 49 00 07 ou commission féminine 06 12 48 11 47

Mail : [idf@ffkama.fr](mailto:idf@ffkama.fr) Site : <http://www.idfkarate.com>

**Non-Licenciées : se munir d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du karaté.**