

**Entraînements Kunité**  
 Saison 2009/2010

**A AFFICHER DANS LES CLUBS**

Merci de vous présenter au moins ¼ d'heure avant, afin de respecter les horaires des entraînements

Date	Objectifs	Lieu	Catégorie d'âge	Horaires
Samedi 19 septembre 2009	Détection et préparation à la Coupe de France	Vieux Condé Rue du 8 mai 59690	Benjamins Minimes et Cadets	15h00 à 16h30
			Juniors et Seniors	16h45 à 18h15
Samedi 10 octobre 2009	Coupe de France	Auby Rue Jean Baptiste Lebas 59950	Benjamins Minimes et Cadets	15h00 à 16h30
			Juniors et Seniors	16h45 à 18h15
Dimanche 25 octobre 2009	Coupe de France	Faches Thumesnil Rue Kléber 59155	Cadets Juniors et Seniors	10h00 à 12H00
Mercredi 4 novembre 2009	Coupe de France	Petite Foret Rue Jean Jaurés 59494	Benjamins et Minimes	14h00 à 15h30
			Cadets et Juniors	15h45 à 17h15
Dimanche 15 novembre 2009	Coupe de France et Open International	Faches Thumesnil Rue Kléber 59155	Minimes Cadets Juniors et Espoirs	10h00 à 12h30
Samedi 12 décembre 2009	Championnat de France	Auby Rue Jean Batiste Lebas 59950	Benjamins Minimes et Cadets	15h00 à 16h30
			Juniors et Seniors	16h45 à 18h15
Samedi 9 janvier 2010	Championnat de France	Lille Université Club Salle Philippe de Girard Place Philippe de Girard 59 Lille	Benjamins Minimes et Cadets	15h00 à 16h30
			Juniors et seniors	16h45 à 18h15
Samedi 23 janvier 2010	Championnat de France	Petite Foret Rue Jean Jaurés 59494	Minimes Cadets et Juniors	15h00 à 17h00

**Entraîneur Régional :**

**Alexandre DOUCARE : 06 73 51 54 85 alexandre.doucare@orange.fr**

**Entraînements Kunité**  
Saison 2009/2010

**A AFFICHER DANS LES CLUBS**

Merci de vous présenter au moins ¼ d'heure avant, afin de respecter les horaires des entraînements

Date	Objectifs	Lieu	Catégorie d'age	Horaires
Vendredi 12 février 2010	Championnat de France	Faches Thumesnil Rue Kléber 59155	Minimes Cadets Juniors et Seniors	18h30 à 20h30
Mercredi 24 février 2010 (convoqués uniquement)	Championnat de France	Petite Foret Rue Jean Jaurés 59494	Benjamins et Minimes	14h30 à 16h00
			Cadets et Juniors	16h15 à 17h45
Dimanche 14 mars 2010 (Convoqués Uniquement)	Championnat de France et Championnat de France des Ligues	Petite Foret Rue Jean Jaurés 59494	Cadets Juniors et Seniors	10h00 à 12h00
Dimanche 28 mars 2010 (Convoqués Uniquement)	Championnat de France	Faches Thumesnil Rue Kléber 59155	Minimes Cadets et Juniors	10h00 à 12h00
Mercredi 7 avril 2010 (convoqués uniquement)	Championnat de France	Petite Foret Rue Jean Jaurés 59494	Benjamins Minimes et Cadets	14h30 à 16h30
Dimanche 16 mai 2010	Coupe de France Zone Nord	Faches Thumesnil Rue Kléber 59155	Minimes Cadets Juniors Seniors	10h00 à 12h00
Dimanche 30 mai 2010	Coupe de France Zone Nord	Auby Rue Jean Batiste Lebas 59950	Benjamins Minimes Cadets et Juniors	10h00 à 12h00

**Entraîneur Régional :**

**Alexandre DOUCARE : 06 73 51 54 85 alexandre.doucare@orange.fr**

LIGUE FLANDRE ARTOIS DE KARATE ET DISCIPLINES ASSOCIEES  
89 Rue du Faubourg de Cambrai 59300 VALENCIENNES  
Tél : 03 27 41 68 52 – Fax : 03 27 41 63 71

Site Ligue : <http://www.ffkarate.fr/flandreartois> – Mail : [karate.lfa@club-internet.fr](mailto:karate.lfa@club-internet.fr)