

LA LIGUE DE LORRAINE DE KARATE ORGANISE

Samedi 3 décembre 2011

Au Dojo Régional Avenue Georges Guynemer à Pont-à-Mousson

Stage de préparation aux compétitions kumité dirigé par Marjorie LOCK

Stage ouvert à tous les licenciés, des catégories pupilles à seniors

Stage GRATUIT

PROGRAMME :

DE 17h15 à 20h00 :

- 17h15 à 18h30 :
Perfectionnement des techniques de combats
Point sur le dernier règlement d'arbitrage afin d'optimiser la victoire
- 18h30 à 20h00 :
Tournoi amical par poule afin de rencontrer le plus d'adversaires possible en situation de compétition

