

Renseignements

M^{me} PEZERIL Sandrine

Présidente du Karaté Club Nancéien
03.83.36.28.65 - 06.18.96.69.09
contact@karateclubnanceien.com
www.karateclubnanceien.com



Lieu du Stage

Commune de GERARDMER,
Département des Vosges (88)
DOJO du Hall des Sports,
21-23 boulevard de la Jamagne
88400 GERARDMER



Hébergement

Office de tourisme de GERARDMER

4, place des Déportés
BP 5 - 88401 GERARDMER Cédex
03.29.27.27.27 - Fax : 03.29.27.23.25
Info@gerardmer.net
<http://www.gerardmer.net/>



Camping :

Camping de Ramberchamp***
Camping Les Sapins ***
Camping Le Pré Vert **
Camping Les Myrtilles

Autres :

Chambres d'Hôtes
Auberges de Montagnes
Hébergement collectif*
Résidences Hôtelières

*Chalets indépendants tout équipé jusqu'à 22 personnes ...

Ne pas jeter sur la voie publique – imprimé par nos soins

KARATE

Stage Week End

du 06 au 08 Août 2010



Le Karaté Club Nancéien organise un stage de Karaté Traditionnel
tous styles et tous niveaux sous la direction de :

Philippe PEZERIL

5^{ème} DAN F.F.K.D.A

www.karateclubnanceien.com

Formules au choix

- Stage Complet ⇨ 75€
- Stage WE ⇨ 55€
- 1 cours au choix ⇨ 20€

Planning KARATE

Août/2010	Matin	Après Midi
Vendredi 6		17h00 - 19h30
Samedi 7	10h00 - 12h30	17h00 - 19h30
Dimanche 8	10h00 - 12h30	

Programme KARATE

- **Dojo ou extérieur** (en fonction de la météo)
Kihon - Assauts conventionnels - Makiwara
Kata – Bunkai
Karaté Sportif
Self Défense (Goshin Jutsu-Karaté défense)
- **Activités extérieures**
Balades – escalades – luge d'été – VTT – sports nautiques – etc. ...

Fiche d'inscription

Nom : Prénom

Adresse :

Tel : Mobile :

Email :

Grade : Club :

Enseignant : OUI NON

Style pratiqué :

Je souhaite m'inscrire :

Stage complet **Stage WE**

Cours au choix, précisez le(s)quel(s) :

Choix hébergement : individuel collectif type chalet*

***Hébergement collectif, précisez le nbre de nuits et répondez avant 1^{er} mai**

Merci de nous retourner votre fiche d'inscription
accompagnée de votre règlement, à l'ordre du

KARATE CLUB NANCEIEN
21 rue Solvay
54110 DOMBASLE sur MEURTHE