

STAGE DE BODY-KARATÉ

Le samedi 7 novembre 2009 de 14h à 17h30

A la MJC de Vaulx-en-Velin, 13 avenue Henri Barbusse.

Intervenante : Angéla ALFANO

2 ème Dan Tai-Jitsu Professeur Diplômé d'Etat,
Expression gymnique et disciplines associées, option Fitness.

Stage pris en charge par la Ligue du Lyonnais de Karaté et réservé aux professeurs et encadrants licenciés FFKDA.

Programme :

- Structuration d'un cours de Body-Karaté
- Travail sur la musique
- Consignes pédagogiques
- Etude des déplacements
- Diversifier son cours

Les stagiaires doivent se munir d'une paire de baskets propres et d'une serviette.

Renseignements :

Aline MARTINEZ, responsable de la commission Body-Karaté et Yoseikan-training de la Ligue du Lyonnais.

Tel : 06 13 77 85 76

e-mail : aline.vaulxmag@free.fr

PS / les places étant limitées, veuillez vous inscrire au plus tôt en renvoyant le coupon ci-dessous soit par e-mail soit par courrier à :

Aline Martinez 23 rue des Maires André 01700 Beynost.



COUPON D'INSCRIPTION AU STAGE DE BODY-KARATÉ
DU 7 NOVEMBRE 2009

NOM : Prénom :

Téléphone : e-mail :

CLUB :