

Formation de Body-Karaté

(réservée aux enseignants et encadrants)

Dirigée par Angéla ALFANO

2^{ème} Dan Tai-jitsu, Professeur Diplômée d'Etat,
Expression Gymnique et Disciplines Associées, Option Fitness.

samedi 20 novembre 2010

de 14 h à 18 h

M.J.C de Vaulx-en-Velin

(13 Avenue Henri Barbusse)

Programme de la formation :

- Apprentissage d'un répertoire Basique au stade avancé.
- Variations et déclinaisons des exercices.
- Mise en application avec évaluation pratique des stagiaires.

Réservation et renseignements : <http://www.ffkarate.fr/lyonnais> ou tél : 06 13 77 85 76