

STAGE DE SANDA

16 & 17 Novembre 2019

à Divonne les Bains



avec Mohamed Zahri

*3ème Dan, DEJEPS AMCX, champion de France
Entraîneur de l'équipe de France de Sanda pendant 5 ans
Entraîneur de l'équipe de France de Kick Boxing depuis 5 ans*

Samedi 16 Novembre 13h00 - 14h30 / initiation Qinda enfants 10-14 ans

Samedi 16 Novembre 15h00 - 18h30 / à partir de 14 ans

Dimanche 17 Novembre 9h00 - 12h30 / à partir de 14 ans

Programme: *préparation physique, enchaînements pieds-poings, projections*

Tenue: *short & t-shirt ou kimono + protections (gants, protèges tibia, protège dents)*

Lieu: *Dojo Municipal - Allée Saint Exupéry 01220 Divonne-Les-Bains*

Inscription: *obligatoire par email à info@kungfudivonne.fr avant le 10 Novembre*

Tarif: *10-14 ans 10 EUR / + de 14 ans 25 EUR la ½ journée - 40 EUR le stage complet*

Renseignements: 06 47 89 69 55

Ouvert à tout pratiquant de plus de 10 ans - Kung Fu, Karate, Kick Boxing, Boxe Thaï ...

Nombre de places limité à 30 participants par session - Certificat médical obligatoire



Divonne Les Bains
ASSOCIATION KUNG FU SHAOLIN

少林功夫