

Du Karaté traditionnel à la Self Défense

Adaptés à toutes et à tous le karaté et une discipline qui offrent aux pratiquants la possibilité de s'épanouir physiquement mais aussi d'adhérer à une école de vie chère aux arts martiaux.

Les enfants y trouveront une pratique éducative et ludique qui leur permettra de canaliser leur énergie et de construire leur confiance en eux.

Les sportifs peuvent s'exprimer au travers des nombreuses compétitions organisées par la F.F Karaté

Que vos aspirations aillent vers une pratique compétitive, traditionnelle, de loisir ou vers une recherche plus philosophique, vous trouverez les réponses à vos attentes.

Le Karaté Défense Training est une méthode efficace et dynamique de défense issue de l'expérience de la pratique du Karaté et de son efficacité. Elle est constituée de plusieurs modules.

Module de percussions, action/réaction, mise en situation et amené au sol . Cette discipline convient aux pratiquants souhaitant apprendre à se défendre rapidement sans contraintes techniques ni conventionnelles. Les techniques simples et précises enseignées dans le cours permettent aux pratiquants de se défendre avec justesse.

Shotokan Défense



Karaté Traditionnel .Self Défense

Horaires

Karate Shotokan

Mercredi

De 5 ans à 8 ans de 16h30 à 17h30
De 9 ans à 13 ans de 18h00 à 19h00
A partir de 14 ans de 19h15 à 20h45

Vendredi

De 8 ans à 10 ans de 18h00 à 19h00
A partir de 11 ans de 19h15 à 20h45



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

Self défense

(Karate Defense Training)

A partir de 14 ans

Lundi de 19h00 à 20h30

Jeudi de 19h00 à 21h00

Nos Tarifs

Licence : 36.65

Assurance : 0.25

Cours

De 5 à 8 ans 50 euros - 1 cours semaine

De 9 à 11 ans : 90€ - 2 cours semaine

A partir de 12 ans : 100€ - 2 cours semaine

A partir de 14 ans les élèves ont accès au cours de karaté traditionnel et de self défense



Possibilité de facilités de paiement

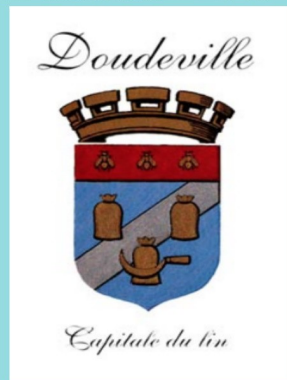
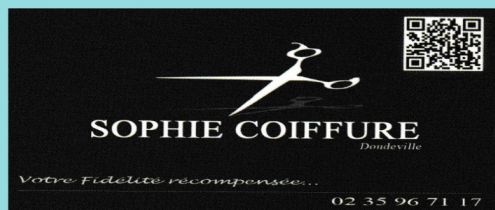
facebook



YouTube



Partenaires et Sponsors



Karaté Club Doudevillais

Association affiliée
à la Fédération Française de Karaté

Membres du bureau

Présidente : Eva Niatel
Vice Président : Nicolas Leclerc
Secrétaire : Amélie Genay

Instructeur Fédéral

Nicolas Leclerc ceinture noire 2ème Dan
Diplôme d'enseignant DIF n° 200170

Salle

Complexe Sportif
Gérard Ducastel Rue de Bad Nenndorf

Contact

Eva au 06 03 00 18 67
Amélie au 06 64 98 39 68



Shotokan Défense Training

Karaté Traditionnel .Self Défense

