

STAGE : Dimanche 24 Septembre 2017

RDV 9H30 au Dojo de La Pré au jonc 85740

L'EPINE puis Direction la Plage DE 10H à 12H30

suivi d'un pot de l'amitié puis Quartier libre pour tous

Dirigé par David 6^{ème} Dan et Emmanuel 5^{ème} Dan



*1^{er} Cour
d'1h15 par David
(kata tekki nidan
avec bunkai sur
différents axes)*

*2^{ème} Cour
d'1h15 par
Emmanuel
(kwon multi
directionnel avec
mise en situations)*

