



Stage Kata/Bunkai

**Ouvert à toutes ceintures
à partir de Minimes**

Chaque stage sera divisé en 4 ateliers. Chaque atelier abordera 2 katas avec un travail adapté :
Kihon – kata – bunkai.

Lieux : Voir calendrier / <http://sites.ffkarate.fr/liguetbo/calendrier/>

Début des inscriptions : 8h30

Prix : 16 €

Présenter un passeport à jour, justificatif de licence année en cours et certificat médical

Dimanche 15 octobre 2017 : Vendôme Gymnase Robert Lasneau

Atelier 1 ⇨ Heian 1 et 2

Atelier 2 ⇨ Jion - Enpi

Atelier 3 ⇨ Jitte – Tekki Nidan

Atelier 4 ⇨ Jiin – Chinte

Dimanche 26 novembre 2017 : Vendôme Dojo Arts Martiaux Rue Geoffroy Martel

Atelier 1 ⇨ Heian 3 et 4

Atelier 2 ⇨ Bassai Dai – Hangetsu

Atelier 3 ⇨ Bassai sho – Tekki Sandan

Atelier 4 ⇨ Meykyo - Wankan

Dimanche 4 février 2018 : A définir

Atelier 1 ⇨ Heian 5 et Tekki shodan

Atelier 2 ⇨ Niju Shiho – Sochin

Atelier 3 ⇨ Kanku sho - Gankaku

Atelier 4 ⇨ Goju Shiho Sho

Dimanche 22 avril 2018 : Vendôme Dojo Arts Martiaux Rue Geoffroy Martel

Atelier 1 ⇨ Révision 5 Heians – Tekki Shodan

Atelier 2 ⇨ Kanku Dai

Atelier 3 ⇨ Unsu

Atelier 4 ⇨ Goju Shiho Dai