

SAMEDI 26 NOVEMBRE 2011

STAGE TECHNIQUE

NANTES

DOJO palais des sports de Beaulieu
44000 NANTES

STAGE GRATUIT

ORGANISÉ PAR LA LIGUE DES PAYS DE LOIRE



16 H 00 à 18 H 00

Stage KARATÉ DO

Encadré par

Philippe LHOMMEAU
(7^{ème} dan)

Thème :

- ⇒ Méthodologie d'entraînement aux KIHONS
- ⇒ Etude et application du kata SHINTE