Stage de club - Karaté

Lannion - Vendredi 20 décembre 2013

19h30 - 21h45 - Gymnase de Park Nevez - Lannion

plan d'accès : http://karate.lannion.free.fr/contact.php



organisé par le K.C. Lannion

Intervenants:

Jean-Claude Gentric (6e dan) - Bruno Vétal (5e dan) - Alain Jégou (5e dan)

Sujets abordés:

bunkais Heian nidan
les saisies
respiration et recherche du kime

http://karate.lannion.free.fr

Stage amical gratuit, ouvert à tous niveaux. Inscriptions par téléphone fortement souhaitées **06 52 64 56 19**