

Karaté S2



Encadrant	Jour	Horaire	Lieu	Transport
Pauline GRENIER	Jeudi	14h15- 15h45	Maison des Arts Marliaux Route de Jarcy ETIOLLES	Bus 403 Arrêt bois des coudraies

DESCRIPTION

Le karaté est un Art Martial complet qui permet de vivre en harmonie avec les autres grâce à ses valeurs. Le Karaté est basé sur des techniques de percussion utilisant les différentes parties du corps comme des armes naturelles en vue de bloquer les attaques adverses et /ou d'attaquer.

TENUE : Kimono, ceinture (Prêt de kimono sous caution de 30 € au SUAPS)

Protection gants et pieds pour les combats

Protège dent, Coquille pour hommes et plastron pour femmes (facultatif)