

# KARATÉ S2



Encadrante	Jour	Horaire	S2	Lieu	Transport
<b>Pauline GRENIER</b>	<b>Jeudi</b>	<b>14h à 15h30</b>	<b>UEL ✓ SC ✓</b>	Maison des Arts Martiaux 13 rue Alphonse Daudet à <b>Etiolles</b>	Bus 7002 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

Protection gants et pieds pour les combats

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