



Entraînement Karaté Contact

Dirigé par

Gérard Lacomme 6ème DAN

Christophe Blaise 4ème DAN

Florent Lacomme 3ème DAN



Samedi 9 Mars 2024

9h00 – 12h

Dojo de RIEUPEROUX

Thèmes :

Préparation à la compétition

Gestion de l'espace sur le Ring

Cette manifestation ouverte à tous les licenciés FFKDA.

Renseignements : cd12karate@gmail.com

Gérard LACOMME : 06 09 61 43 38

Entraînement départemental gratuit – Venez nombreux



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ