



QWAN KI DO

www.qwankido-zonesud.fr

STAGE ZONE SUD

SAMEDI 25 FEVRIER 2012

Gymnase Alfred Nakach, Rue Danton 34200 SETE

Accueil dès 14h00

STAGE QWAN KI DO : 14h30 – 16h30

Tous grades : ateliers par niveaux

Avec Võ Sư Frédéric Germain, Conseiller Technique Zone Sud



STAGE CÔ VO DAO : 16h45 – 18h00

Avec Võ Sư Fabrice Sylvestre, Responsable Zone Sud de Cổ Võ Đạo

Armes : Bông – Long Gian – Môm Can

(prévoir des armes en mousse pour l'initiation aux assauts)



ENTRAÎNEMENT COMPETITION ASSAUT & STAGE ARBITRAGE : 18h30 – 20h30

Avec Huan Sư Jean-Gérald Lubrano, Entraîneur Assaut Zone Sud

(Protections obligatoires)

Avec Võ Sư Jacques Benezra, Responsable Arbitrage Zone Sud

Conditions de participation :

- Etre adhérent à l'UFAT QKD et licencié à la FFKDA pour la saison en cours
- Ouvert à tous les pratiquants dès l'âge de 13 ans
- Participation au fonctionnement de la Zone Sud : **5€ / Activité**

