

Arts Martiaux Traditionnels

# KARATE-DO



Club affilié à la Fédération Française de Karaté et des Disciplines Associées

## Saison 2017/2018



## **Un Esprit ZEN dans un corps SAIN**

*Le karaté-do shotokai est un art martial traditionnel à travers lequel les pratiquants cherchent à maîtriser corps et esprit pour gagner en confiance, optimiser leur santé et savoir se défendre en s'appuyant sur les recherches techniques léguées par les maîtres. Le shotokai fait parti de ces styles de karaté prônant : souplesse, fluidité et efficacité.*

*C'est avec plaisir et passion que nous partagerons avec vous notre savoir au club.*

Cours ouverts aux ados/adultes, mixte, tous niveaux

Début de saison le 27 septembre. Entraînements tous les Mercredis soirs de 19h30 à 21h à la salle de l'ancienne école de Revonnas (163 rue de la Tour Déaul)

**COURS D'ESSAI GRATUIT**

N'hésitez pas à nous contacter : [karatedonaidokan@gmail.fr](mailto:karatedonaidokan@gmail.fr)

Cours dispensés par Alexandre BLANC : Instructeur Fédéral FFKDA