



Karaté

Dès 5 ans



Art martial japonais associant **force**, **souplesse** et **maîtrise de soi**. Cette discipline met en avant de nombreux exercices de coordination qui aident à l'apprentissage de la mémorisation. Reconnu comme un club de référence dans le département, nous y enseignons les **combats** mais aussi les **katas** (enchaînements d'exercices codifiés dans la tradition martiale japonaise).

INSCRIPTION

Maison des Sportifs, 177/187 Avenue Gabriel Péri, Gennevilliers aux heures d'ouverture ou sur le lieu de pratique aux heures d'entraînements. Pré-inscription possible en ligne.

Documents à fournir :

- Bulletin d'inscription
- Un certificat médical de moins de 3 mois portant la mention « apte à la pratique du karaté y compris en compétition »
- 2 photos d'identité

COTISATIONS

	Genevillois	Extérieurs
BABY (5-6 ans)	160 €	180 €
ENFANTS (7-12 ans)	270 €	280 €
ADO (13-18 ans)	280 €	300 €
ADULTES (+18 ans)	300 €	320 €

Règlement par chèque à l'ordre du C.S.M.G ou en espèces
P@ss+ accepté pour les collégiens
Coupons Sport et Chèques Vacances ANCV

ENTRAINEMENTS

Gymnase Gustave Caillebotte		
BABY	Lundi	17h00 - 18h00
ENFANTS	Lundi	18h-19h (débutants) 19h-20h (compétiteurs)
	Mercredi	13h-14h (débutants) 14h-15h (confirmés)
	Jedi	18h15-19h (confirmés)
ADULTES	Mardi - Jeudi - Vendredi	19h-20h30
Dojo des Grésillons		
ELITES KATA	Mardi	17h30 - 18h30
	Samedi	12h - 13h

CONTACTS

Philippe DARCHIS-DORLEANS : 06.60.84.92.97 / Philippe.darchis@gmail.com
Maison des Sportifs : 01.40.85.49.88 / secretariatcsmg@orange.fr
Site internet : www.csmggennevilliers.com