



Séminaire ceintures noires
3^{ème} stage de préparation au jump 2016

La Commission des Grades a le plaisir de vous inviter à son séminaire de ceintures noires.

Conditions d'accès

- Etre ceinture noire de Taekwondo
- Etre en ordre de licence-assurance 2016

Moniteur

Decamps Alain J. (7^{ème} Dan – niveau 1 ADEPS)

Descriptif

Les ceintures noires se rassemblent pour revoir des techniques et en apprendre de nouvelles comme les Poomsaes supérieurs, les techniques d'hoshinsul, les techniques de couteaux et bâtons, les Il, Sam et Chokki.

Programme du jour

Les Poomsaes supérieurs, les techniques d'Hoshinsul, les techniques de couteaux et bâtons, les Il, Sam et Chokki

Date et heure

Date : 16 janvier 2016

Heures : 13h00 à 16h00

Lieu

Domaine Provincial du Bois d'Havré
Rue Saint Antoine 1
7021 Havré

Participation aux frais

10 €

Tenue

Dobok et chaussures de taekwondo

Renseignements

Decamps J. Alain: 0495/22.87.34 ou alainjackdecamps@gmail.com

Dewandre Olivier: 0477/89.75.74 ou dewandre.trolin@gmail.com

Secrétariat ABFT: 02/347.34.77

Remarques pratiques :

- Le stage commencera à l'heure. Soyez donc en tenue à 12h45
- Prendre son carnet de licence