



Comité Départemental de Karaté  
et Disciplines Associées  
de l'Aveyron



## Journée du Karaté en Aveyron Le Samedi 10 Mars 2018

**Salle de La Doline 12740 Sébazac**

Organisé par le comité départemental de Karaté,  
Pour **tous** les licenciés.

### Programme de la journée

Stage DTD : Dirigé par **Franck Gracia CN 4ème DAN-FFK**

**- DE 9 h00 à 10 h 15 : Thème approche divers Kunité**

-----  
Pause de 15 Minutes

### STAGE FEDERAL

**Stage expert : Dirigé par Serge SERFATI CN 8ème DAN-FFK**

(Participation : 10€)

**- DE 10 h 30 à 12 h 30 : Kihon multidirectionnels et applications**

**Combats conventionnels**

-----  
**- DE 12 h 30 à 15 h :** PAUSE Repas , Le CDK-12 Vous propose un repas sur place en compagnie de Serge SERFATI

-----  
**- DE 15 h à 17 h : Kihon multidirectionnels et applications**

**Combats conventionnels**

Pour le repas de midi (12€) Prière de vous inscrire impérativement avant le 28 Février 2018  
par email à l'adresse : [karate.cd12@neuf.fr](mailto:karate.cd12@neuf.fr)

Président CDK12 Philippe Blaise : 06-84-57-64-70- DTD Franck Gracia : 06-86-85-91-05

**Venez nombreux !**

Franck GRACIA  
D.T.D.-12

Philippe BLAISE  
Président CDK-12