

## Stage de délégation jeunes

5-17 ans

Dimanche 4 février 2018



animé par  
**Gabriel FEMENIAS**

**CEN 5<sup>ème</sup> Dan**

*Dojo départemental Georges Cotin  
2 rue Charles Perrault  
88000 EPINAL*



**Thème :** Le dynamisme et l'efficacité à travers les fondamentaux

**Horaires:**

9h30 : ACCUEIL  
10h-12h : Pratique  
12h-13h30 : Repas tiré du sac  
13h30-15h30 : Pratique et Synthèse final

**Tarif: 7 €**

Présentation obligatoire du passeport, validé par le certificat médical et le timbre de la saison en cours

**Merci d'apporter vos armes**

**Renseignements : [abdelkader.oukali@free.fr](mailto:abdelkader.oukali@free.fr)**

Ce stage est réalisé avec le soutien financier de nos partenaires