



Publié sur *Rocquencourt* (<http://www.mairie-rocquencourt.fr>)

[Accueil](#) > Karaté



Téléphone :

Alain Léger : 06 72 97 47 15

Courriel :

usmr.mairie@wanadoo.fr

alainleger11@orange.fr

philippe.babouin@neuf.fr

Personne à contacter :

Responsable : Alain Léger

En savoir plus:

[Site internet](#)

- Adhérents : Enfants à partir de 5 ans, Adolescent(e)s de 13 ans à 16 ans et +, et Adultes
- Lieu : Centre de Sports et de Loisirs

Cours

Enseignement du karaté shito-ryu self defense (tous niveaux) :

- les lundis et jeudis de 20h à 22h : Karaté traditionnel
- les mardis 20h à 22h : Katas – Technique
- les mercredi : 19h à 20h : Qi-Gong – 20h à 21h : Self-Défense

Possibilité de 2 cours d'essai gratuits pour découvrir le Karaté traditionnel

Énergie – Santé (adultes à partir de 60 ans) : les jeudis 10h à 11h

Compétition :

- Participation Karaté aux compétitions officielles organisées par la FF Karaté

(Championnats et Coupes officielles au niveau régional et France)

- Préparation aux Grades

Conditions

- Forfaits saison Karaté (adhésion USMR, licence et assurance comprises) :

Adultes : 299 € - Enfants (5-7 ans) : 130 € - (7-9 ans) : 160 € (9-13 ans) : 190 € - Jeunes (13-16 ans) et Étudiants : 269 €.

- Réduction Famille à l'inscription

- Forfait saison Énergie-Santé ou Qi-Gong ou Self-
Défense (adhésion USMR comprise) : 190 €

Stage Self Défense du 7 avril 2018 :

Un très beau succès !



Source URL: <http://www.mairie-rocquencourt.fr/association/karate>