

STAGE DE KARATE & KDT

VE 18 AU SA 19 MARS 2022

**À MONTREUX ET AIGLE
(SUISSE)**



AVEC PHILIPPE CORNELOUP, 7^{ÈME} DAN

PROGRAMME :

VENDREDI 18 MARS 2022 (DOJO DE MONTREUX)

18H30 À 20H30 KARATE DEFENSE TRAINING (1^{ÈRE} PARTIE)

SAMEDI 19 MARS 2022 (DOJO D'AIGLE)

09H15 À 11H15 KARATE DEFENSE TRAINING
(2^{ÈME} PARTIE)

14H15 À 15H15 QI-GONG
(ACTIVATION ENERGETIQUE)

15H30 À 17H00 KARATE DO
KATA **SOCHIN** ET SES BUNKAÏ

PRIX :

1 COURS : 20 FRs

2 COURS : 30 FRs

3 OU 4 COURS : 40 FRs

LIEUX :

DOJO DE MONTREUX

AVENUE NESTLÉ 15,
1820 MONTREUX (VOIR PLAN AU VERSO)

DOJO D'AIGLE

RUE DE LA GARE 21,
1860 AIGLE (VOIR PLAN AU VERSO)

REPAS DE MIDI (SAMEDI):

POSSIBILITÉ DE RÉSERVER UNE PLACE POUR
LE REPAS DE MIDI DIRECTEMENT LE MATIN
(AU DÉBUT DU STAGE) OU PAR EMAIL :

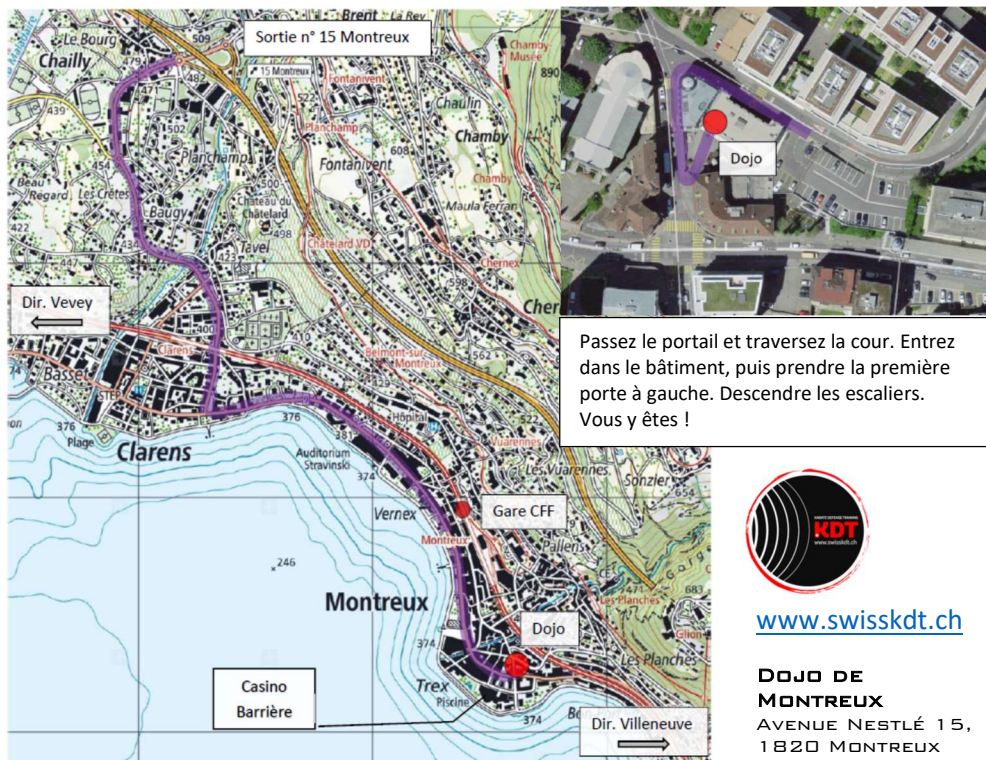
mgheza@hotmail.com

Renseignements : Mario au +41 79 416 25 38



Plan Montreux

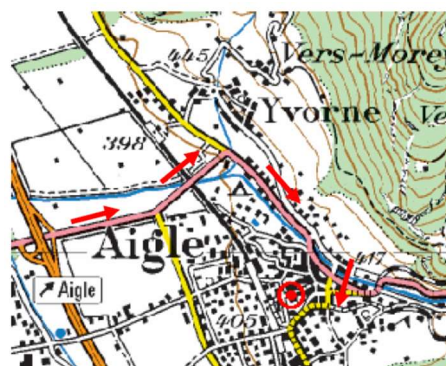
En voiture : Sortie Autoroute n° 15 Montreux, suivre Montreux centre et casino Barrière.



www.swisskdt.ch

DOJO DE MONTREUX
 AVENUE NESTLÉ 15,
 1820 MONTREUX

Plan Aigle



1. Sortie d'autoroute Aigle, puis suivre centre.



20 ANS !
 2000-2020

www.kcaigle.ch

DOJO D'AIGLE
 RUE DE LA GARE 21,
 1860 AIGLE

4. Arrivé devant le bâtiment, faire le tour par le jardin jusqu'au dojo.

