



Le Stage Kata de la Rentrée

KARATÉ SHOTOKAN



MAINVILLIERS

Animé par Sabrina et Jessica BUIL

5 fois Championnes du Monde

6 fois Championnes d'Europe

Samedi 24 et Dimanche 25 octobre 2009

Vous en avez rêvé ? Nous l'avons organisé !

Toujours aussi stupéfiantes, Sabrina et Jessica BUIL, alliant excellence et pédagogie, sauront vous pousser à vous surpasser. Quelque soit votre niveau, venez redécouvrir la puissance et travailler la perfection de vos katas. **Ce stage est tout simplement indispensable avant la reprise des compétitions !!!**

Salle R. Joffard (ASPTT) 4 rue J. Perrin 28 300 Mainvilliers (ZA du Vallier – derrière Décathlon)				TARIFS	
Formule		Catégorie	Horaires	Sur réservation	Sur place
A	Samedi	Enfants 7-15ans ceintures blanche à verte	14h 00 - 15h 30	7 €	10 €
B	Samedi	Adultes tous grades (+16ans) et enfants plus de 12 ans ceintures bleue à noire	15h 45 - 17h 45	15 €	20 €
	<i>Samedi</i>	<i>Démonstration avec les championnes</i>	<i>20h 00 - 21h 00</i>	<i>Entrée gratuite</i>	
C	Dimanche	Enfants 7-15ans ceintures blanche à verte	10h 45 - 12h 15	7 €	10 €
D	Dimanche	Adultes tous grades (+16ans) et enfants plus de 12 ans ceintures bleue à noire	9h 30 – 10h 30 14h 00 – 16h 00	15 €	20 €
E	Forfait week-end	Enfants 7-15ans ceintures blanche à verte		10 €	15 €
F	Forfait week-end	Adultes tous grades (+16ans) et enfants plus de 12 ans ceintures bleue à noire		20 €	25 €

Pour les formules week-end et sur réservation seulement, si tu amènes 5 copains, ton stage (le 6^{ème}) est offert. Joindre les 6 coupons de réservation dans la même enveloppe avec le règlement pour 5.

Le dimanche midi, possibilité de déjeuner avec les championnes au restaurant L'Auberge.

Sur réservation uniquement (20 €personne - attention nombre de places limité !)

.....
COUPON DE RESERVATION :

Nom :

Prénom :

Age (*) :

Téléphone :

e-mail (indispensable si vous voulez une confirmation d'inscription) :

(*) Autorisation parentale pour les mineurs, avec passeport ou pièce d'identité+licence+certificat médical

Club :

N° Licence :

Couleur de la ceinture :

M'inscrit pour la formule : A – B – C – D – E – F (entourez votre choix)

M'inscrit pour le repas du dimanche midi avec les championnes (20€) : OUI - NON

et règle par chèque ci-joint le montant correspondant soiteuros.

Je souhaite un reçu (délivré sur place le jour du stage) : OUI - NON

Chèques à l'ordre de EKM - Ecole de Karaté de Mainvilliers avant le samedi 17 octobre 2009

à envoyer au trésorier : Francis GOLAZ ; 15 Av des Acacias ; 28 300 Mainvilliers

Hébergement : sur place, à 500m du gymnase, notre partenaire hôtelier EverHôtel vous réservera le meilleur accueil : réservez sans attendre au 02 37 20 00 67 – chartres@everhotel.com



Organisation :

Ecole de Karaté de Mainvilliers

06 22 95 48 20 / 06 23 90 19 98

wolfdu28@aol.com

www.ekmlv.over-blog.com



Vivons le Karaté Ensemble !