

KARATÉ DO Shotokan
BIO-ÉNERGIE "Aoki sensei"



US Tyrosse Karaté SHOTOKAN

Reprise des cours le mercredi 06 septembre 2023

Inscriptions sur place au moment des cours de septembre à fin octobre.

Possibilité de faire 1 ou 2 cours d'essai avant de s'inscrire.

Saison 2023-2024

Horaires d'entraînements

MERCREDI

| | |
|-------------------------------------|---------------|
| ENFANTS (7-12 ans) | 17H00 - 18H00 |
| BIO-ÉNERGIE (ados - adultes) | 18H00 - 19H00 |
| KARATÉ (ados – adultes 13 ans et +) | 19H00 - 21H00 |

SAMEDI

| | |
|-------------------------------------|---------------|
| ENFANTS (7-12 ans) | 16H00 - 17H00 |
| BIO-ÉNERGIE (ados - adultes) | 17H00 - 18H00 |
| KARATÉ (ados – adultes 13 ans et +) | 18H00 - 20H00 |

Lieu : Dojo du complexe sportif de la voie Romaine 40230 S^T Vincent de Tyrosse
(à coté du Lycée Sud des Landes)

Présence souhaitée au plus tard **5 minutes avant** le début du cours en tenue.

Vestiaires disponibles au sous-sol du gymnase.

Contact : Hubert SEGUIN 06.29.59.23.98 ou thesebrungui@gmail.com