

# KARATE SEYNOD-POISY

## BULLETIN D'INFORMATIONS DES VACANCES DE NOËL 2018

# 2018/2019



### INFOS de Décembre 2018

Pendant les vacances de Noël il n'y aura pas de cours durant cette période du Dimanche 23 décembre 2018 au jeudi 3 janvier 2019 inclus. La reprise des cours est prévue pour le vendredi 4 janvier 2019 18h15 à 19h15 enfants avancés préparation pour la coupe de Thonon,



Samedi 5 janvier de 10h00 à 11h00 ados et adultes tous niveaux.

### Stage combats et katas à Poisy

Mercredi 26/12, jeudi 27/12,  
vendredi 28/12, katas le matin à  
10h30, combat l'après midi à  
15h00

Participation Stage complet : 20€,  
ou 10€ par journées, ou 5€ par  
cours

inscriptions avant le 22/12/18 par  
Email à  
[raymond@karatedumont.com](mailto:raymond@karatedumont.com)

### Noël des enfants

Comme chaque année les enfants recevront leur petit paquet de friandises et le livret pour les nouveaux adhérents pour marquer cette période festive.

L'occasion aussi aux parents qui le souhaitent d'assister au cours.

A seynod le mardi 18 décembre aux heures habituelles, 17h30 Baby karate, 18h15 cours enfants 6/12 ans tous niveaux.

A Poisy le mercredi 19 décembre à 16h00 le Baby karate, à 17h00 les enfants débutants et avancés.



### **Enfants dernier cours de l'année 2018 à Seynod**

**Le mardi 18 décembre : 17h30 Baby karate**

**18h15 : les enfants débutants**

**Vendredi 21 décembre : 18h15 pour les enfants avancés et préparation pour la coupe de Noël.**

#### **Poisy**

**Le mercredi 19 décembre : 16h00 Baby karate,**

**17h00 les enfants débutants et avancés.**

### **Ados et adultes karate dernier cours de l'année 2018**

**Vendredi 21 /12 : 19h15 et samedi 22 décembre à Seynod .**

**Cours de 10h00 à 11h00. Le cours est tous grades**

#### **Self-defense : Les derniers cours de l'année 2018**

**Mardi 18 décembre de 19h15 à 20h30 à Seynod**

**Le mercredi 19 décembre de 20h00 à 21h30 à Poisy**

#### **Body karaté : Les derniers cours de l'année 2018**

**Lundi 17 décembre 2018 de 20h15 à 21h15 à Seynod**

**Le mercredi 19 décembre de 18h30 à 19h30 à Poisy**

## **Manifestations**

1) Coupe katas et Ippon Kumité

Samedi 22 décembre 2018 la coupe de Noël enfants à REIGNIER

2) Dimanche 6 janvier 2019 : Coupe Hte Savoie combats Poussins, pupilles, benjamins championnat combats de minimes à seniors à Thonon les Bains



**Une idée cadeaux :** Une séance de Shiatsu relaxation de 60 minutes à offrir à vos proches à l'occasion des fêtes.... Cartes personnalisées disponibles aux Dojo de Seynod et Poisy : 55€. Pour réserver votre carte : [nadia.dumont@free.fr](mailto:nadia.dumont@free.fr)

## **Evènements**

### **Et stage**

**Vendredi 21 décembre 2018 nous ferons le pot de fin d'année 2018 et nous arroserons les nouveaux promus aux grades élevés : a savoir le 5ème Dan de Pascal DUPENLOUP, les 3ème Dan de Patricia BALLIY et Anthony STEFANI ainsi que la formation de 3 jeunes qui ont obtenu le diplôme AFA (Attestation Fédérale d'assistant) (après le cours de 19h15 à 20h00)**

**STAGE KATAS ET COMBATS :** participation de Grégory BEVILLARD instructeur fédéral et de Nadia DUMONT BARBASTE du 26 au 28 décembre 2018 à Poisy 10h30 à 12h00 Katas, 15h00 à 16h30 combats . Grade minimum ceinture jaune et âge minimum 10 ans. Participation financière de 20€ pour les 3 jours ou 10€ par journée ou 5€ par cours.

**inscriptions avant le 22/12/18 par Email à [raymond@karatedumont.com](mailto:raymond@karatedumont.com)**

**Vous pouvez prévoir un pique-nique pour déjeuner au dojo pour les personnes qui souhaitent rester sur place.**

**Vous avez le calendrier départemental sur le site : <http://sites.ffkarate.fr/hautesavoie/calendrier/>**