

KARATE SEYNOD-POISY

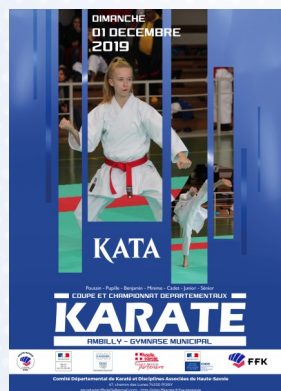
BULLETIN D'INFORMATIONS DES VACANCES DE NOËL 2019

2019/2020



INFOS de Décembre 2019

Pendant les vacances de Noël il n'y aura pas de cours durant cette période du **Dimanche 22 décembre 2019 au Dimanche 5 janvier 2020 inclus**. Reprise des cours le 6 Janvier



RESULTATS DES COMPETITIONS

**Katas du 1er décembre 2019
à Ambilly**

Poussins : 3ème PRALUS TAO

Pupilles: 2ème AMOURA Aurélien

Pupille filles : 3ème BARBASTE Shadé

Benjamins : 3ème EL KACIMI Samy

Cadets: 3ème Rosier Luc

Seniors filles : VALLE Margaux

Noël des enfants

Comme chaque année les enfants recevront leur petit paquet de friandises pour marquer cette période festive.

Un livret technique sera également offert pour les nouveaux adhérents sauf pour les baby karaté.

A seynod le lundi 16 à 17h15, le mardi 17 décembre aux heures habituelles, 17h30 Baby karate, 18h15 cours enfants 6/11 ans tous niveaux.

A Poisy le mercredi 18 décembre à 16h00 le Baby karate, à 16h45 les enfants débutants et avancés. 17h45 débutants et avancés + 11 ans.



Dernier cours enfants : vendredi 20 décembre à 18h15 et ados et adultes samedi 21 décembre à 10h00

Résultats de la compétition combat du 8 décembre 2019 à Thonon Les Bains



Pupilles : AMOURA Aurélien 1er en -30kgs



Pupilles filles : 1ère BARBASTE Shadé en -40kgs

Benjamins : 3ème BERNET Cameron -30kgs



1er EL KACIMY Samy -35kgs

2ème ALLAIN Lillian -35kgs



AMOURA Alexandre 1er en -50kgs



Minimes : BARBASTE Yanis 1er en -45kgs

Cadets : ROSIER Luc 1er -57kgs



-63kgs BARBASTE Hakim 2ème



-70kgs COQUIDE Killian 1er

Senior -83kgs BALLANSAT Grégoire 1er

Bravo aux 3 coach nationaux :

Nadia, Pascal et Eric

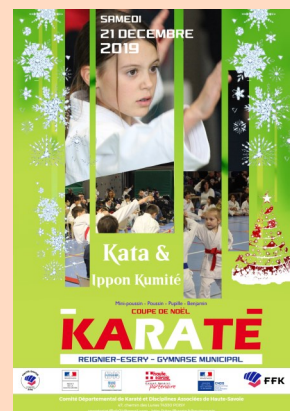


Une idée cadeaux : Une séance de Shiatsu relaxation de 60 minutes à offrir à vos proches à l'occasion des fêtes.... Cartes personnalisées disponibles aux Dojo de Seynod et Poisy : 55€. Pour réserver votre carte :

Nadia au 06 61 34 33 93 ou nadia.dumont@free.fr

Manifestations

- 1) samedi 21 décembre 2019 la coupe de Noël enfants à REIGNIER



Document joint : Cette compétition s'adresse aux enfants débutants et avancés, voir avec les enseignants ceux qui pourraient y participer. Ne pourrions pas y participer : ceux qui ont déjà fait des podiums.



Vendredi 20 décembre nous ferons le pot de fin d'année 2019 (après le cours de 19h15 à 20h15)

Samedi 11 janvier préparation grades 1er, 2ème, 3ème Dan 10h00 à 11h30 à Seynod

LES COMPETITIONS DE JANVIER 2020

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

11 janvier : coupe de France minime combats à Paris

19 janvier Coupe Elite katas et combats à Annecy

26 janvier championnat kumité minimes cadets

Open de Paris 24 au 26 janvier

Joyeuses fêtes de fin d'année