

# Initiations



## KARATE

### LES VACANCES AU DOJO



**Du 6 Juillet au  
26 Août 2021**

**Les mardis et jeudis de 17h30 à 18h45  
Gymnase Jean Macé - Rue Courteline, MERIGNAC**

**Cet été, venez découvrir le Karaté-Do dans le premier club d'Aquitaine avec des professeurs diplômés d'État .**

**Inscriptions** sur place ou: [ecole-karate-do@wanadoo.fr](mailto:ecole-karate-do@wanadoo.fr)

**Renseignements :** 06 18 13 63 65

**Lieux :** Dojo Robert Brettes – Av. Du Truc (Face piscine), MERIGNAC

**Dates :** 2 cycles de 2 semaines:

Du 6 au 15 Juillet puis du 17 au 26 Août 2021 au choix

**Horaires :** **Mardi et Jeudi de 17h30 à 18h45**

**Tenue :** Tenue de sport, Survêtement ou T-shirt, (propre)

**Tarifs par semaines:**

1 sem.	2 sem.	3 ou 4 sem.
30 €	50 €	70 €

**Objectifs :**

- Offrir une activité physique complète à des non pratiquants, enfants et adultes.
- Développer des qualités d'adresse, de détente, de vitesse et de souplesse par un ensemble de jeux et d'exercices progressifs.
- Découvrir le Karaté-Do et les Arts Martiaux par une pédagogie de «l'estime de soi».
- Mesurer les améliorations obtenues par des tests de capacités physiques (souplesse, détente, vitesse...) en début et en fin de cycle.
- Un diplôme d'initiation est délivré en fin de stage avec résultats chiffrés obtenus.

**Certificat médical obligatoire + autorisation parentale pour les mineurs :**

**Je soussigné :** .....

**Autorise mon enfant :** .....

**Né le..... à participer au cycle d'initiation au Karaté organisée par le Sport Athlétique Mérignacais aux lieux et heures ci-dessus.**

**Fait à : ..... Le : .....**

# Initiations



## KARATE

### LES VACANCES AU DOJO



**Du 6 Juillet au  
26 Août 2021**

**Les mardis et jeudis de 17h30 à 18h45**

**Gymnase Jean Macé - Rue Courteline, MERIGNAC**

**Cet été, venez découvrir le Karaté-Do dans le premier club d'Aquitaine avec des professeurs diplômés d'État .**

**Inscriptions** sur place ou: [ecole-karate-do@wanadoo.fr](mailto:ecole-karate-do@wanadoo.fr)

**Renseignements :** 06 18 13 63 65

**Lieux :** Dojo Robert Brettes – Av. Du Truc (Face piscine), MERIGNAC

**Dates :** 2 cycles de 2 semaines:

Du 6 au 15 Juillet puis du 17 au 26 Août 2021 au choix

**Horaires :** **Mardi et Jeudi de 17h30 à 18h45**

**Tenue :** Tenue de sport, Survêtement ou T-shirt, (propre)

**Tarifs par semaines:**

1 sem.	2 sem.	3 ou 4 sem.
30 €	50 €	70 €

**Objectifs :**

- Offrir une activité physique complète à des non pratiquants, enfants et adultes.
- Développer des qualités d'adresse, de détente, de vitesse et de souplesse par un ensemble de jeux et d'exercices progressifs.
- Découvrir le Karaté-Do et les Arts Martiaux par une pédagogie de «l'estime de soi».
- Mesurer les améliorations obtenues par des tests de capacités physiques (souplesse, détente, vitesse...) en début et en fin de cycle.
- Un diplôme d'initiation est délivré en fin de stage avec résultats chiffrés obtenus.

**Certificat médical obligatoire + autorisation parentale pour les mineurs :**

**Je soussigné :** .....

**Autorise mon enfant :** .....

**Né le..... à participer au cycle d'initiation au Karaté organisée par le Sport Athlétique Mérignacais aux lieux et heures ci-dessus.**

**Fait à : ..... Le : .....**