

Karaté Club Dolois

REPRISE DES ENTRAÎNEMENTS

Mercredi 03 septembre 2025

Un art martial

Détente

Une self défense

Equilibre

Un sport de combat

Tout âge



Présidente : Marie-Thérèse SASSET: CN 2ème Dan

Entraîneurs :

Choukri AMDOUNI: CN 7ème Dan

Jacky BRUNNER: CN 6ème Dan

Ilia JIGHAURISHVILI: CN 5ème Dan

Ali RABE : CN 3ème Dan

TARIFS		HORAIRES D'ENTRAÎNEMENTS
<u>Karaté Enfants:</u> De 6 à 9 ans inclus 2019 à 2016	100 €	Mercredi de 18h00 à 19h00 Vendredi de 18h00 à 19h00
<u>Karaté Enfants:</u> De 10 à 13ans inclus 2015 à 2012		Mercredi de 19h00 à 20h00 Vendredi de 19h00 à 20h00
<u>Karaté Adultes:</u> À partir de 14 ans (2011 et avant)	130 €	Mercredi de 19h00 à 21h00 Vendredi de 19h00 à 21h00
<u>Section « Kara-Form »:</u> Karaté sous forme de gymnastique adapté aux adultes et séniors		Samedi de 13h30 à 15h30
<u>Compétiteurs:</u> Enfants & Adultes Préparation aux compétitions Espace Talagrand		Lundi de 19h00 à 20h30

Le tarif de 100€ donne droit au cours Enfants & éventuellement au cours compétiteurs

Le tarif de 130€ donne droit aux cours Adultes + Kara-Form & éventuellement au cours compétiteurs

Pour tous renseignements, s'adresser au **DOJO** Gymnase Rochebelle
54 Rue André Lebon - 39100 DOLE, aux horaires d'entraînements.

<https://karateclubdolois.sportsregions.fr/> Tel : 07.81.03.82.10 & 06.84.49.83.88