

NOS COURS

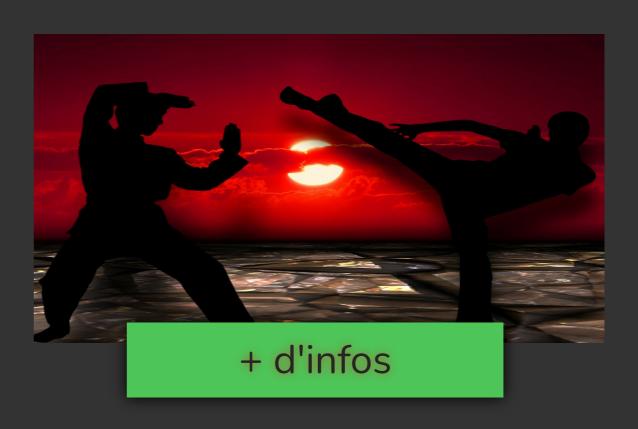
Krav maga

Le krav-maga, plus ludique, est pratiqué dans un cadre sécure avec

le respect en fer de lance.



Karaté







CONTACTS

197 Avenue René Cassin11620 Villemoustaussou

06 03 49 94 02

karate.villemoustaussou@gmail.com



NOS PARTENAIRES









Académie de Karaté / Défense



NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact



Mention Légale





KRAV MAGA

Le krav-maga, est une méthode de combat qui met l'accent sur l'apprentissage et le développement des capacités d'autodéfense.

POURQUOI EN FAIRE?

- Combattre l'angoisse en public
- Gagner en confiance soi
- Pour pratiquer une activité accessible à tous et à toutes

A partir de 13 ans		
Lundi	19h30-21h30	
Vendredi	19h00-21h00	

KARATÉ

Le karaté est une discipline martiale dont les techniques visent à se défendre, puis à répondre par une attaque au moyen des différentes parties du corps : doigts , mains ouvertes et fermées, avant-bras, pieds, coudes, genoux .

POURQUOI EN FAIRE?

- Augmenter sa coordination
- Gagner en confiance soi
- Se sentir en sécurité



Baby	Enfant	Ado-Adulte
Samedi 10h-11h	Lundi & Jeudi 17h30- 18h30	Lundi & Jeudi 18h30- 20h30

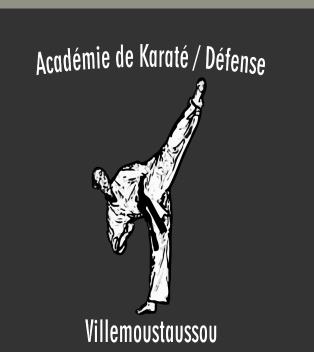
NOS PARTENAIRES











NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact



Mention Légale







NOTRE ÉQUIPE



JOHANN ISERN

Professeur: 5ème DAN, CQP



LUDOVIC HERNANDEZ

Professeur: 3ème DAN, DAF



SABRINA FOLCH

Professeur: 1er DAN, DAF

+ de staff

NOS PARTENAIRES









Académie de Karaté / Défense



NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact



Mention Légale