



## NOS COURS

## Krav maga

le respect en fer de lance.



## Karaté

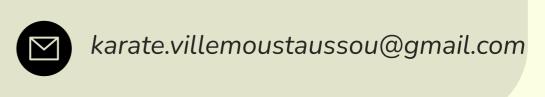


#### NOS ACTUALITÉS Academie de Karaté/Défense Ville... 121 mentions J'aime J'aime cette Page Envoyer un message Academie de Karaté/Défense A Villemoustaussou lundi Le dojo est fermé mais la pratique du karaté et du krav doit continuer de chez vous. Petit défi lancé par Madame la présidente. Envoyez nous une video (1 à 2 min) de vous, de vos enfants pratiquant le karaté ou le krav. Prenez soin de vous. Commenter A Academie de Karaté/Défense Villemoustaussou vendredi dernier

# CONTACTS









## NOS PARTENAIRES









# Académie de Karaté / Défense

Villemoustaussou

#### 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 18h30-19h30 Jeudi 18h30-20h30

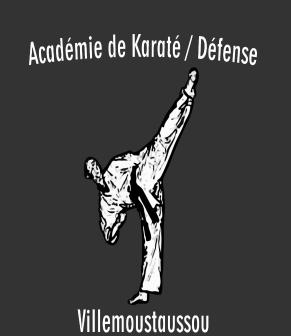
#### NOS PARTENAIRES











#### NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact



Mention Légale





## NOTRE ÉQUIPE





JOHANN

Professeur:
5ème DAN,
CQP



Professeur:
3ème DAN,
DAF



Professeur: 1er DAN, DAF

+ de staff

# NOS PARTENAIRES











#### NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact



Mention Légale