





ACADÉMIE DE KARATÉ



L'Académie de Karaté / Défense Villemoustaussou a pour objectif de proposer un enseignement traditionnel, académique a des personnes désireuses de découvrir et de progresser sur un art-martial.

Notre objectif est d'accès sur la formation, la progression et de maintenir un lien avec le haut niveau grâce à la venue d'experts fédéraux et de champions du Monde chaque deux mois.

Le karaté proposé est celui de l'école SHOTOKAN. Les experts inspirant notre pratique sont Didier LUPO et Jean-François TISSEYRE.

Le krav-maga, plus ludique, est pratiqué dans un cadre sécurise avec le respect en fer de lance.



NOS COURS

Krav maga




+ d'infos

Karaté




+ d'infos


NOS ACTUALITÉS




CONTACTS




Espace sportif Alain Le Hetet
Boulevard Jean Jaures
11620 Villemoustaussou



06 09 14 06 93



karate.villemoustaussou@gmail.com



NOS PARTENAIRES



Académie de Karaté / Défense



Villemoustaussou

NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

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



Académie de Karaté / Défense



Villemoustaussou

NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact




FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ


NOS LOCAUX




NOTRE ÉQUIPE




AUDREY ISERN
Présidente



JOHANN
Professeur:
5ème DAN,
CQP



LUDOVIC
Professeur:
3ème DAN,
DAF



SABRINA
Professeur:
1er DAN, DAF

+ de staff

NOS PARTENAIRES



Académie de Karaté / Défense



Villemoustausou

NAVIGATION

- Accueil
- Staff
- Cours
- Contact



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ