



# KARATE DO

Frédéric HEUSER

## DESCRIPTION DU COURS

"La voie de la main vide" (de toute arme et de toute mauvaise intention), à chercher dans un entraînement exigeant que chacun pourra aborder en fonction de ses aspirations et de ses ressources.

Débutants : ceinture blanche.

Gradés : ceinture jaune et plus, pratique régulière en club.

JOUR	HORAIRE	NIVEAU	LIEU
Lundi	18h30-20h30	Gradés	Gymnase de la Manufacture - Salle 2
Mercredi	11h-12h30	Débutants	

## EVALUATION

Le professeur responsable de la discipline communiquera les critères d'évaluation lors des premiers cours.

## INSCRIPTION

L'inscription est semestrielle, elle se fait en début de chaque semestre, et n'est validée que par la présence en cours.

Se présenter au cours, dès la première semaine.

Nombre de places limité par la capacité d'accueil du lieu.



**1<sup>er</sup> semestre :**

**Début des cours semaine du 21 septembre 2020**