



ANNECY KARATE

Centre Artys, 1 passage de Vignières 74000 ANNECY

Tél : 04 50 66 30 94

Email : info@annecykarate.fr - Site : www.annecykarate.fr

Association Loi 1901 – N° Préf. 741000273 JO du 16/08/94
Affiliation FFKDA : 0 740 056 – Agrément Jeunesse et Sport : 74 S 97 08
Siret : 398 242 164 00018

DECONFINEMENT phase 3

PROGRAMME D'ENTRAINEMENT du 29 juin au 25 juillet 2020

KARATE ANNECY :

Karaté Maternelle Mini Poussins :

Samedi 12H30 à 13H15 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Enfants Débutants/Avancés Poussins/Pupilles :

Lundi 17H30 à 18H30 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Samedi 12H30 à 13H30 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Ados/Adultes traditionnel Débutants/Avancés :

Lundi 18H30 à 19H45 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Jeudi 19H00 à 20H00 **KATA** ; *dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Samedi 11H00 à 12H15 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Ados/Adultes Combat Débutant/Avancés, Benjamins à Vétérans :

Lundi 18H30 à 19H45 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Mercredi 17H15 à 18H30 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Samedi 13H30 à 14H30 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

Ados/Adultes Ceintures Noires :

Lundi 19H45 à 21H00 **Si beau temps**, dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE

20H15 à 21H30 **Si mauvais temps**, Centre ARTYS (salle du bas)

Mercredi 19H45 à 21H00 **Si beau temps**, dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE

Si mauvais temps, Centre ARTYS (salle du haut)

Samedi 11H00 à 12H15 *Dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE (en extérieur)*

KARATE FULL CONTACT ANNECY :

Ados/Adultes tous grades :

Jeudi 19H00 à 20H30 *Complexe DASSAULT à METZ TESSY*

KARATE GOJU RYU ANNECY :

Ados/Adultes tous grades :

Mercredi 18H30 à 19H30 *Dans le parc Place de la mairie à ANNECY LE VIEUX*

BODY KARATE ANNECY :

Ados/Adultes :

Mercredi 18H45 à 19H45 **Si beau temps**, dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE

Si mauvais temps, Centre ARTYS (salle du haut)

Samedi 10H00 à 11H00 **Si beau temps**, dans la cour du GYMNASSE DE LA PLAINE

Si mauvais temps, Centre ARTYS (salle du bas)