



ECOLE DE KARATE TRADITIONNEL **MONTIGNY-LES-METZ**



31 RUE DE PONT à MOUSSON

(Entrée par la ruelle Saint Paul - à côté du Jardin Botanique)

57950 MONTIGNY-LES-METZ

<https://www.karate-montigny-les-metz.fr/>

Professeur Patrick CAUSSADE - 6ème DAN Shotokan

Responsable des Grades CDK Moselle

06 63 32 08 45

COURS KARATE ENFANTS (< 12ans)

COURS DEBUTANTS CEINTURES BLANCHES – JAUNES

Lundi : 17h30 à 18h30 (minimum de dix élèves)

Mercredi : 14h00 à 15h00 (travail de base)

Samedi : 14h00 à 15h00 (travail de base)

COURS TOUS GRADES A PARTIR DE LA CEINTURE JAUNE-ORANGE

Mardi : 17h30 à 18h30 (Kata)

Mercredi : 15h00 à 16h00 (Kihon)

Mercredi (adolescents) : 16h00 à 17h00 (Kumité)

Vendredi : 17h30 à 18h30 (Kumité)

Samedi : 11h00 à 12h30 (Kata : compétiteurs)

Samedi : 15h00 à 16h00 (Kata – Kumité)

Les élèves doivent obligatoirement suivre les cours réservés à leur grade.

(POUR LES CAS PARTICULIERS VOIR AVEC LE PROFESSEUR)

CERTIFICAT MÉDICAL D'APTITUDE A LA PRATIQUE OBLIGATOIRE

COTISATION ANNUELLE ENFANTS (Inscription + Licence fédérale) : 435 €

(A partir de 4 ans et jusqu'à 14 ans, peu importe les cours fréquentés)

(Pour les facilités de paiement : se renseigner à l'accueil)

TOUTE SAISON ENTAMÉE EST DUE DANS SON INTÉGRALITÉ

LES COURS SONT ASSURÉS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES (HORS JUILLET ET AOÛT)