

KARATE SHUKOKAI



OKUBO HIROSHI
Expert tani-ha shito-ryu



La sérénité est le fruit de l'harmonie du corps et de l'esprit .

Si Vous avez envie de renforcer votre corps ,votre esprit au sein d'un groupe sympathique en pratiquant un karaté souple et rapide sous la direction exceptionnelle de maître OKUBO Hiroshi 8 ème dan et de quelques ceintures noires .Venez nous rejoindre !!!

Il faut bien commencer un jour 😊le club accueille donc tous les niveaux et tous les âges .
Un de nos enseignants actuel a commencé ceinture blanche (1er niveau) à 60 ans.
Nous pratiquons le KARATE SHUKOKAI école TANI -HA shito ryu basé sur la vitesse (double twist) plus que sur la force ,il est fait pour tous hommes, femmes, enfants Nous vous initierons aux armes du ko bu do ,le bô (bâton long), Tonfas , nunchaku ,sai La pratique de ces armes est éducative et permet de renforcer le corps pour la pratique du KARATE .

Horaires adultes :

Karaté

Tous les mardis de 19h à 21h(sauf vacances scolaires)

Tous les jeudis de 19h à 21,00 (sauf vacances scolaires)

Karaté ,bâton, Tonfas, Nunchaku ,Sai

Tous les jeudis de 21h à 21h30 h

Iaido (sabre japonais)

Lieu : Salle polyvalente d'Esbly ,près du stade .

Tous les renseignements sur :

Facebook [esbly coupvray karate club](#)

<http://karateclub77.canalblog.com>

Courriel :

karateclub77@gmail.com



Venez regarder un cours et Découvrez notre univers .Venez directement un mardi ou un jeudi soir à 19h
Ensuite si vous voulez poursuivre l'aventure vous pourrez vous inscrire sur place .
Et pour votre premier cours il vous faudra :
Un kimono blanc , une paire de gants karaté ,une coquille de protection.
Régler votre cotisation annuelle de 247 euros en 1 fois ou en 3 fois (127- 60-60 présentés en oct. jan avril)

Et bien sûr un certificat médical .
Nous vous prêterons des armes pour commencer ensuite nous vous conseillerons pour le choix technique de vos armes personnelles .



Pour des renseignements complémentaires appelez :

M BEYAERT B : 06.98.10.73.96

M PINEAU J : 06.07.14.30.77

Bien amicalement età bientôt enfin j'espère. 😊