



**Association Shotokai Murakami Languedoc
TUC-Karaté**

Stage de Karaté-Do Shotokai Murakami

*Dirigé par Luis de Carvalho,
responsable européen du Mushinkai,
assisté de Jean-Marc Labat, 4° dan, Italie.*

Toulouse, du 18 au 20 novembre 2005

Petit Gymnase de l'Université Paul Sabatier

(Fac de sciences, près du grand Gymnase couleur brique, côté Canal du midi, entrée par le patio, tout droit au fond à gauche)

EMPLOI DU TEMPS :

- **Vendredi 18 novembre 2005 :**
 - Entraînement 1, de 19h à 21h (tous niveaux)
 - Repas de stage à 21h30
- **Samedi 19 novembre :**
 - Entraînement 2 de 9h à 10h30 pour le premier niveau
 - Entraînement 2 de 10h à 12h pour les confirmés
 - Repas libre
 - Entraînement 3 de 16h à 17h30 pour le premier niveau
 - Entraînement 3 de 17h à 19h pour les confirmés
 - Repas de stage à 20h
- **Dimanche 20 novembre :**
 - Entraînement 4 de 9h à 10h30 pour le premier niveau
 - Entraînement 4 de 10h à 12h pour les confirmés
 - Repas libre
 - Passages de grade à 13h30
 - Entraînement 5 de 15h à 17h pour tous les niveaux

RENSEIGNEMENTS :

- Jésus Aguila, 06 87 15 66 57 ; tuc.karate@free.fr