



Association Shotokai Murakami Languedoc
TUC-Karaté

Stage de Karaté-Do Shotokai Murakami

*Dirigé par Sensei Luís de Carvalho,
Shihan de l'école Shotokai-Mushinkai*

**Toulouse, du Vendredi 8 au Dimanche
10 décembre 2006
Université Paul Sabatier**

*(Fac de sciences, du côté du Canal du midi et de la salle "Le Cap", contre
le grand Gymnase couleur brique, entrée par le patio)*

EMPLOI DU TEMPS :

- **Vendredi 8 décembre 2006 (Salle de combat)**
 - Entraînement 1, de 19h à 21h (tous niveaux)
 - Repas de stage à 21h30
- **Samedi 9 décembre : (Salle de danse & Salle de combat)**
 - 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 10 décembre : (Petit gymnase & Salle de combat)**
 - 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