

Karaté à Murat



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ



Le karaté : une philosophie, un art de vivre

Le Karaté

Le karaté est un art martial adapté à chacun.

Self défense, épanouissement personnel, gymnastique du corps
Accessible, la pratique du karaté est très diversifiée et permet
de trouver l'activité qui vous convient.

Ses bienfaits :

Confiance en soi, tonicité, équilibre, mémoire, motricité,
agilité, souplesse, coordination, canaliser l'énergie

Une philosophie, un art de vivre

Outre les bienfaits physiques,
vous irez vers un épanouissement psychique et philosophique

Horaires et lieu

Le vendredi à raison d'un entraînement par mois

De 18h à 19h : Enfants – de 19h à 20h : adolescents et adultes

Début des cours

le vendredi 27 septembre 2024 à 18h

Dojo du Centre Léon Boyer à Murat

Renseignements

☎ 06.70.89.09.21 – Mail. : gillesflorent@wanadoo.fr

Site internet : <http://karatedomurat.e-monsite.com/>



空手道

空手道

空手道