

Modalités d'inscription

Afin de préparer au mieux la nouvelle saison, des permanences d'inscription seront organisées au complexe Lavergne :

**Mercredi 05 septembre et vendredi 7 septembre
de 18h à 20h.**

Le dossier d'inscription :

Si vous n'avez pas reçu le dossier d'inscription par mail ou par courrier, vous pourrez le retirer directement au club lors des permanences d'inscription ou lors des cours.

Les pièces à joindre au dossier sont :

- Un certificat médical.
- Une enveloppe timbrée à votre adresse ou une adresse mail valide.
- Le règlement (bons CAF, chèques ANCV, paiement en cinq fois accepté).

N'oubliez pas que vous pouvez bénéficier d'une réduction de 15 € en parrainant un nouvel adhérent.

N'hésitez pas à faire découvrir le club à un proche !

Renseignements

Tél / 06 61 69 48 13
cournonkarate@gmail.com / www.cournon-karate.com

HORAIRES DES COURS

KARATÉ

4-5 ANS: MERCREDI DE 16H À 17H.

6-7 ANS: MERCREDI DE 17H À 18H ET VENDREDI DE 17H15 À 18H15.

8-9 ANS: LUNDI DE 18H À 19H ET MERCREDI DE 18H À 19H.

10-13 ANS: MARDI DE 18H À 19H ET VENDREDI DE 18H15 À 19H15.

ADOS (14-18 ANS): MERCREDI DE 19H À 20H ET VENDREDI DE 19H15 À 20H15.

ADULTES: MARDI DE 19H15 À 20H15 ET VENDREDI DE 20H15 À 21H30.

SELF-DÉFENSE

ADOS:

- JEUDI DE 18H15 À 19H15.

ADULTES SELF-DÉFENSE / SELF-DÉFENSE FÉMININE:

- LUNDI DE 19H30 À 21H00.

REMISE EN FORME

ADOS ET ADULTES:

BODY-COMBAT: MARDI DE 20H15 À 21H15.

BODY-TRAINING: JEUDI DE 19H30 À 20H15.

COMBAT LIBRE

ADOS ET ADULTES: MERCREDI DE 20H00 À 21H30.