

# Shukokai

**Un karaté  
différent!**



C'est un karaté dynamique, fluide, rapide, alliant efficacité, puissance et impact, grâce à des techniques de déplacement, d'esquive et un travail important des hanches.

Pour Yamada senseï, président de la Shito-ryu Shukokai Union, ostéopathe de métier: « Il faut connaître et respecter les lois de l'anatomie et de la physique pour bien s'entraîner ». Il convient donc particulièrement aux enfants.

En outre, il n'y a pas de karaté sans spiritualité — « le karaté, c'est le ying, c'est-à-dire savoir analyser rapidement et précisément les informations, affronter une situation inhabituelle sans stress, se concentrer sur l'essentiel, être détendu et avoir un esprit aiguisé et toujours en éveil. »

Chacun progresse à son rythme dans le respect de soi et des autres.

# KARATÉ

SHUKOKAI



Plus qu'un club, un état d'esprit!



## Le Karaté traditionnel

Un esprit zen, un corps sain

Le Karaté est un art adapté à chacun, qui ne demande pas d'aptitude particulière pour épanouir le corps et l'esprit, sinon le travail et la régularité dans l'effort.



Tsutomu Kamohara Sensei,  
8e dan FFKADA et 9e dan SSUW  
Expert fédéral

Dans une ambiance conviviale, vous travaillerez et améliorerez:

- santé,
- tonicité,
- équilibre,
- motricité et
- mémoire !

Yukèn Takigaura, professeur du Club, est Maître 5e dan FFKADA et Shihan 6e dan SSUW. Il transmet les valeurs du Karaté Shukokai, souple et respectueux du corps, enseignées par Kamohara Sensei.



Shukokai Karate-Do Chartres: 120, rue Gabriel Péri, 28000 Chartres  
Contact & Renseignements: 06.15.33.72.73 ou 09.77.52.64.39  
skdc@orange.fr      twitter.com/KarateSKDC  
karate.shukokai-chartres.fr      sur facebook: SKDC Chartres

# Shukokai Karate-Do Chartres

## Horaires et Dojos



### Entraînements

	Dojo Madeleine	Dojo Roskopf	
Mardi	18h30-19h30		
	19h30-21h30		
Mercredi	18h00-19h00		
	19h00-20h00		
Jeudi	20h00-22h00		
Vendredi	12h15-13h15		
Samedi	10h00-12h00		14h00-15h30
Dimanche			10h00-12h00 (avancés)
			Genki Budo
	Enfants		Adultes

Cours	Cours par semaine	Forfait annuel
1. Enfant	1 ou 2	150 €
2. Adulte 3. Etudiant	1 à 4	300 € 190 €
4. Genki Budo	1 à 3	100 € (ou 50 € si Karateka)
Réduction en cas d'adhésions multiples	Forfaits tout compris: licences et assurances	

Suivez notre actualité jour après jour sur nos sites!

[karate.shukokai-chartres.fr](http://karate.shukokai-chartres.fr)

facebook: SKDC Chartres    [twitter.com/KarateSKDC](https://twitter.com/KarateSKDC)

Shukokai Karate-Do Chartres: 120, rue Gabriel Péri, 28000 Chartres  
Contact & Renseignements: 06.15.33.72.73 ou 09.77.52.64.39  
[skdc@orange.fr](mailto:skdc@orange.fr)    [twitter.com/KarateSKDC](https://twitter.com/KarateSKDC)  
[karate.shukokai-chartres.fr](http://karate.shukokai-chartres.fr)    sur facebook: SKDC Chartres

# Shukokai Karate-Do Chartres

## S'inscrire

Votre  
photo

Bulletin d'inscription

Saison: 20....— 20....

Nom, prénom : \_\_\_\_\_ Masc.  Fém.

Représentant légal: \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

CP : \_\_\_\_\_ Ville: \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ ou \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

Numéro de licence : \_\_\_\_\_

*Pour vous joindre, et vous envoyer les dernières informations, nous avons besoin de votre adresse électronique*

Mèl: \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

Ou \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

**A joindre:** un certificat médical récent, 2 photos d'identité, autorisation parentale pour les mineurs dûment remplie (fournie par le club ou téléchargeable sur notre site web)

**Autorisation de photo pour mineur:**

Je, soussigné(e) \_\_\_\_\_ représentant(e) légal(e)  
de \_\_\_\_\_ autorise SKDC à prendre mon enfant  
en photo et publier ces photos sur les sites de SKDC

Date

Signature

Shukokai Karate-Do Chartres: 120, rue Gabriel Péri, 28000 Chartres  
Contact & Renseignements: 06.15.33.72.73 ou 09.77.52.64.39  
[skdc@orange.fr](mailto:skdc@orange.fr)    [twitter.com/KarateSKDC](https://twitter.com/KarateSKDC)  
[karate.shukokai-chartres.fr](http://karate.shukokai-chartres.fr)    sur facebook: SKDC Chartres