SHITO RYU SHUKOKAI

Adultes et enfants (dès 4 ans),

Karaté traditionnel,

Karaté santé (Genki),

Karaté sénior...

CHARTRES KARATÉ

Tarifs forfaitaires et famille

Contact & Renseignements:

André DUFET

06.42.80.03.93

25 rue des Champs Brizards 28300 Champhol

skdc@orange.fr

karate.shukokai-chartres.fr

Karaté Shukokai Chartres [OFFICIELLE]

Shukokai.karate.do.chartres

SKDC Chartres

Le Karaté

Le **Karaté** est un art adapté à chacun, qui ne demande pas d'aptitudes particulières pour épanouir le corps et l'esprit, sinon le travail et la régularité dans l'effort.
Dans une ambiance conviviale, vous travaillerez et améliorerez :
santé, tonicité, équilibre, motricité et mémoire !

Notre style : le SHUKOKAI

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, le tout dans le respect du corps.

Pour Yamada Senseï, ancien président de la Shukokai Union et ostéopathe de métier : « Il faut connaître et respecter les lois de l'anatomie et de la physique pour bien s'entraîner.»

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. »

Tarifs

4-6 ans : 185 € **7-10 ans** : 190 €	**11-15 ans** : 210 €	**Karaté senior** **Karaté santé :** 190 €	**16 ans et + :** 300 €

Tarifs au forfait (individuel, famille) et règlement en plusieurs fois possible

Entraînements

Mardi (Madeleine)	Mercredi (Madeleine)	Jeudi (Madeleine)	Vendredi (Chaplin)	Samedi (Rosskopf)
17:45 - 19:00 11 ans et +	17:45 - 18:30 4-6 ans	20:00 - 21:30 Karaté Traditionnel*	16:00 - 17:30 Karaté santé**	10:00 - 12:00 Karaté Traditionnel*
19:00 - 20:00 Karaté santé**	18:30 - 19:30 7-10 ans	20:00 - 21:00 Karaté sénior***		14:00 - 15:00 Enfants débutants
20:00 - 21:30 Karaté Traditionnel*				14:00 - 15:30 Enfants confirmés
20:00 - 21:00 Karaté sénior***				14:00 - 16:00 Enfants avancés

* Karaté traditionnel : Kata + Combat + ...

** Karaté santé : activité et Kata souple

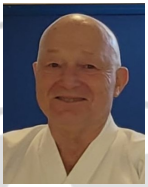
*** Karaté sénior : activité adaptée aux séniors

Dojos

- Complexe sportif de la Madeleine : rue des Eparges, 28000 CHARTRES
- Complexe sportif Rosskopf : Rue Raoul Brandon, 28000 CHARTRES
- Dojo Charlie Chaplin : 32 Rue de Brétigny, 28000 CHARTRES

Les formateurs et le bureau

Yuken TAKIGAURA
7ème Dan (YSSW) - Shihan
6ème Dan (FFKDA) - CQP
Directeur technique



André DUFET
5ème Dan (YSSW)
5ème Dan (FFKADA) - DIF
Président

Sam-Un Frédéric KOK
4ème Dan (YSSW) - Shidoin
3ème (FFKDA) - DIF
Secrétaire

Alexandre MICHELET
4ème Dan (FFKDA) - DIF

Pierre-Marie DESOMBRE
2ème Dan (YSSW)
3ème (FFKDA) - DIF

Frédéric FONTAINE
2ème Dan (FFKDA) - DAF

Christine DUFET
Trésorière

Nicolas DULAC FONTAINE
Vice-président

山田派糸東流修交会空手道

A Chartres depuis 1989

FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

EURE-ET-LOIR COMITÉ FFK

Plus qu'un club, un état d'esprit !