

KARATE CONTACT

Le Karaté-Contact est une formule sportive du karaté où le combat est mis à l'honneur.

Les entrainements spécifiques préparent le corps & l'esprit aux assauts de cette boxe pieds/poings.

Le Karaté-Contact est la fusion gagnante entre l'impact & la maîtrise, l'affrontement & le respect.

Dominique VALERA a créé en 1980 cette nouvelle forme de combat en conjuguant deux disciplines: le Full Contact & le Karaté.

Mais c'est avant tout une voie martiale qui rassemble tous les éléments déterminants pour parfaire sa propre pratique, la maîtrise de soi & la connaissance du combat.



Enseignant: Imara SAID

**Cours: Lundi 19h30 - 21h
Jeudi 20h - 21h30**