

STAGE DE KARATÉ

SUR LA PLAGES DE MARIAKERKE - Ostende

**OUVERT À TOUS SANS DISTINCTION DE STYLE
OU DE GRADE**

Entraînement sur la plage sous la direction technique
de Richard Prospero

9^{ème} dan Karaté - AFAMA

6^{ème} dan - Tokitsu - Ryû Jisei Karaté - dô

1^{er} degré en kikô (systeme Dr Yayama)



SAMEDI 4 JUILLET 2020

de 10h à 12h & de 15h à 17h (en cas de mauvais temps, un dojo est prévu !)

PRIX

30 € par jour ou 20 € la demi journée

RENDEZ-VOUS SUR LA PLAGES

10 min avant le début du stage en face du
157 Zeedijk 8400 Oostende (Mariakerke)

Formateur en KIKÔ et Arts Martiaux

Breveté ADEPS

Formé en prévention Chaînes Musculaires GDS

Avenue Saint-Augustin 34 • 1190 Bruxelles
0485 61 43 48 • richardrprospero@gmail.com
www.richard-prospero.com

