



Organisation d'anniversaires



Tous les Dimanches
1h30 d'activités ludo-pédagogiques encadrées
 +
Goûter : 1h
Gâteaux, boissons, bonbons inclus



Tarif : 23€ par enfant
Avec un minimum d'enfants : 10



Réservation auprès de Giovanni - au 06 95 83 30 84 - karateclubcharenton94@gmail.com



JUMP FIGHT : Sur de mini trampolines de gym, ce cours de fitness de 50 mn allie techniques de karaté, équilibre et cardio training en musique...



Mesures sanitaires « COVID »

- Gel hydroalcoolique** : lavage des mains et pieds obligatoire avant de rentrer dans la salle.
- Masque** : il est obligatoire à partir de 11 ans à l'intérieur des locaux sauf pendant l'entraînement en salle.
- Distanciation** : aucun visiteur ou parent ne pourra rester pendant les cours dans le couloir.
- Vestiaires** : ils seront fermés car la distance d'un mètre entre individus ne peut être respectée.
- Sanitaires et douches individuelles resteront ouverts.

Instagram : [Karateclubcharenton](https://www.instagram.com/Karateclubcharenton)
 Facebook : [KCCharenton](https://www.facebook.com/KCCharenton)

KARATÉ CLUB DE CHARENTON (KCCH) - ACTIVITÉS SPORTIVES - Saison 2020/2021

Tous les cours ont lieu au dojo d'Aristide Briand (en sous-sol) - Sauf le mardi : en salle Nelson Paillou
 Le vendredi, les cours de Karate Adultes, Body Fitness et le cours de PPI le samedi se dérouleront en salle polyvalente (1^{ère} salle à droite).

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	Salle Nelson Paillou				9h/9h55 PILATES
		16h30/17h25 PILATES			10h/10h55 PILATES
		17h30/18h15 KARATE 5/8 ans			11h/11h50 PPI
18h15/19h KARATE 5/8 ans		18h20/19h15 KARATE 9/11 ans	18h15/19h KARATE 5/8 ans	18h/18h55 PILATES	12h/13h Free Training
19h/19h55 KARATE 9/11 ans	19h/20h30 KARATE Compétition (Nelson Paillou)	19h15/20h10 PILATES	19h/19h55 KARATE 9/11 ans	19h/19h55 * Jump Fight / Boxing Fitness Combat	13h/14h KRT Compétition
20h/20h55 BODY FITNESS		20h15/21h45 KARATE Combat Self-Défense Kata	20h/20h50 PPI	20h/21h30 KRT Adultes	
21h/22h KARATE Adultes			21h / 21h50 JUMP FIGHT		
				* 1 semaine sur 2	

Organisation d'anniversaire ou goûter :

- 2 gâteaux maison + boisson
- Parcours et activités encadrés
- Contactez-nous pour vérifier la disponibilité

Instagram : [Karateclubcharenton](https://www.instagram.com/Karateclubcharenton)
 Facebook : [KCCharenton](https://www.facebook.com/KCCharenton)



CONTACT : Stéphane / Giovanni
 Directeur Technique 7 DAN FFKDA B/E

Tél. : 06 11 83 52 43 / 06 95 83 30 84
karateclubcharenton94@gmail.com
www.karate-charenton.com