



Association Shotokai Murakami Languedoc, Toulouse

Prochain stage de **Karaté-Do Shotokai Murakami** *Dirigé par Sensei Luis de Carvalho* **Toulouse, Université Paul-Sabatier**

Du Vendredi 18 novembre au Dimanche 20 novembre 2011

*Université Paul Sabatier côté Canal du Midi, quartier Ranguel, 118, Route de Narbonne,
Toulouse*

(Métro ligne B, station « Université Paul-Sabatier »)

- **Vendredi 18 novembre 2011 :**
 - 19h à 21h : 1° entraînement commun, tous niveaux (**ATTENTION : ancienne Salle de combat**)
Repas de stage à 21h30

- **Samedi 19 novembre 2011 :**
 - 9h à 10h30 : 2° entraînement pour débutants (**ancienne Salle de combat**)
 - 10h à 12h : 2° entraînement pour confirmés (**Petit Gymnase**).
Repas libre (possibilité de repas collectif à Latécoère, avec réservation)
 - 16h à 17h30 : 3° entraînement pour débutants (**ancienne Salle de combat**)
 - 17h à 19h : 3° entraînement pour confirmés (**Petit Gymnase**)
Repas de stage à 20h

- **Dimanche 20 novembre 2011 :**
 - 9h à 10h30 : 4° entraînement pour débutants (**ancienne Salle de combat**)
 - 10h à 12h : 4° entraînement pour confirmés (**Petit Gymnase**)
Repas libre (amener pique-nique)
 - **13h30 Passages de grade (Petit Gymnase)**
 - 14h à 17h : 5° et dernier entraînement commun, tous niveaux (**Petit Gymnase**)

Coût du stage : 40 euros

Contact : Jésus Aguila, 06 87 15 66 57 ; aguichan@free.fr