



Stage sur le combat



Samedi 29 janvier 2022

9h00-11h00

à Romont

Informations

Lieu : Route de Raboud 6 – 1680 Romont

Formation ouverte à :

- Enfants (9-12 ans) : jaune minimum
- Ados (+ de 12 ans) et adultes : tous les niveaux

Thèmes abordés :

- Techniques et combinaisons,
- Déplacements,
- Stratégie
 - Selon le type d'adversaire
 - Comment utiliser les feintes
 - Comment bien gérer la surface de combat
 - Les erreurs fréquentes
- Timing et distance
- Techniques avancées.
- Rappel des règles ITF.

Inscription

Transmettre le formulaire ci-dessous accompagné du paiement (comptant, virement bancaire ou Twint).

Coût du stage : Frs 30.-

Formulaire d'inscription
Stage sur le combat
29 janvier 2022

Nom	
Prénom	
Date de naissance	
Niveau de ceinture	
Club	

Lieu et date

Signature

(Pour les mineurs nom, prénom et signature du
représentant légal)
