

CLUB SAKURA RODEZ



COMITE DIRECTEUR

Présidente : Chantal HURTES

Trésorière : Christine CABANTOUS

Secrétaires : Aline FREZAL et Nathalie DELMAS

Membres : Nicole FRAYSSE - Sandrine GINESTET - Marie-Laure GUITARD et Christine SIRVEN

CADRES TECHNIQUES KARATE

DE JEPS (Diplôme d'Etat de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport)

Christian CABANTOUS 5ème dan karaté 2ème dan tai jitsu

Instructeurs fédéraux

Jérôme GAYRARD 3ème dan karaté - Lionel FREZAL 2ème dan karaté

Jean Michel HURTES 2ème dan karaté (**CQP Arts martiaux**)

Animateurs fédéraux

Jean Paul BIROT 2ème dan karaté - Marlène HURTES 1er dan karaté

Antonin HUSSAUD 1er dan karaté

Assistants

Pauline HURTES - Ivan MEILLAC - Jérémy DELRIEU

Florian DEPUILLE (en cours de formation BE)

CADRES TECHNIQUES TAI JITSU

Professeur diplômé d'état

Didier CHAUCHARD 3ème dan tai jitsu 2ème dan karaté - Alain SIRVEN 3ème dan tai jitsu

Instructeurs fédéraux

Anne REGOURD 3ème dan tai jitsu 1er dan karaté - Nicolas BERRUER 3ème dan tai jitsu

Sébastien NOWITZKI 2ème dan tai jitsu

HORAIRES DES COURS 2011 - 2012

Les cours se déroulent au dojo de l'amphithéâtre (niveau - 3)

Le comité directeur se réserve le droit de modifications

ECOLE DE KARATE

Baby Karaté (5 à 6 ans)	Mercredi	16 h 00 à 16 h 45
Ecole de Karaté 1er niveau	Mercredi	16 h 45 à 17 h 45
Ecole de Karaté 2ème niveau	Mercredi	17 h 45 à 19 h 00
Ecole de Karaté 3ème niveau	Mercredi	14 h 30 à 16 h 00

KARATE

Débutants	Lundi	18 h 30 à 19 h 30
	Jeudi	19 h 00 à 20 h 30
Gradés	Lundi	19 h 30 à 21 h 00
	Vendredi	19 h 00 à 20 h 30
Cours compétitions kata gradés	Mardi	17 h 30 à 19 h 00
Spécifique ceintures noires	Vendredi	20 h 30 à 22 h 00
Spécifique ceintures jaunes à bleues	Samedi	11 h 00 à 12 h 30
Combats	Samedi	9 h 30 à 11 h 00
Cours préparation passage de grade	Samedi	9 h 00 à 10 h 30

TAI-JITSU - Self défense

Débutants	Mardi	19 h 00 à 20 h 30
Gradés	Mercredi	19 h 00 à 21 h 00
Entraînement spécifique	Samedi	13h30/14h à 15h/15h30

KARATE en MUSIQUE

Karaté Gym	Jeudi	20 h 00 à 21 h 30
Body Karaté	Mardi	12 h 30 à 13 h 30