



**NATIONAL KYOKUSHIN TRAINING KUMITE**

Les Kyokushin Trainings sont ouverts à tous - travail pédagogique Kunité dirigé par les Shihan, en présence du Pôle France.

**NB (aucun spectateur)**

**LIEU, DATE, HORAIRES**

~~1. Dimanche 30 octobre~~

**2. Dimanche 5 février**

Dojo Pagnol, Boulevard Marcel Pagnol à Vernouillet (28)

Rendez-vous à 9h30, fin prévue vers 17h30 (présence aux 2 cours de la journée obligatoire, merci de prendre vos dispositions)

**Inscriptions préalables obligatoires au minimum 8 jours avant la date du training (raisons d'assurance)**

**OBLIGATOIRE**

1. Dogi avec le Kanji Kyokushin, ceinture Kyokushin de couleur unie sans trait rouge central.
2. Protections - L'accès au travail avec partenaire sera refusé aux pratiquants sans protections conformes.
  - Coquille ou protège-seins porté sous le Dogi
  - **Gants BLANCS Kyokushin Fuji Mae ou Ichigeki à doigts ouverts (les autres gants ne seront pas acceptés)**
    1. Voir modèle sur <http://www.kyokushinkai-france.com/1gloves.htm> - Pour ceux qui souhaitent acheter des gants conformes, le stock FKOK étant limité, merci de passer vos commandes suffisamment à l'avance
  - Protège "tibias-pieds" à votre taille (l'ensemble du tibia doit être recouvert par la protection)
  - Petite pharmacie personnelle conseillée
    1. Elastoplast 2 et 6 cm
    2. Voltarène gel
    3. Sparadrap
    4. Coalgan
    5. Baume cicatrisant LCE (Cebelia)
  - 1 grand pao pour 2 personnes.

**TARIF**

- Gratuit pour les pratiquants à jour des documents administratifs FKOK de la saison en cours.
- Coût du stage en l'absence de licence FKOK de la saison en cours : 20 €.

**INSCRIPTIONS MEMBRES FKOK**

Reçu au plus tard 8 jours francs avant la date du stage, par eMail sur fichier d'inscription Excel disponible auprès de votre Branch-Chief.

**INSCRIPTIONS NON MEMBRES FKOK**

Reçu au plus tard 8 jours francs avant la date du stage, par courrier accompagné du règlement en précisant :

- Club
- Nom & Prénom
- Âge
- Grade Karaté
- Numéro de timbre FKOK de la saison en cours (ou numéro de passeport fédéral Kyokushin pour les étrangers).

REPAS LIBRE - Possibilité de repas en commun dans un restaurant de la ville.

**Shihan Jérôme de Timmerman (Coach national Kyokushin)**