



Horaires TEAM

Karaté - Kobudo – Body Karaté – Module respiratoire - Sophrologie – Qi Gong

Lundi : Karaté

17h30-18h30 : Enfants 8 - 14 ans (Tous niveaux)

18h30-20h00 : Adolescents / Adultes (Tous niveaux)

Mardi : bodykaraté 12h15-13h15

Mardi : Qi gong 14h-15h

Mardi : Module respiratoire (pour les moins jeunes) : 15h15-16h15

Mardi : Sophrologie (1 cours/mois) 18h30-19h30 ---19h30-20h30 (confirmés)

Mercredi : Karaté

14h-15h00: Enfants 6-7 ans (Débutants)

15h-16h00 : Enfants 8 – 9 ans (Débutants)

16h-17h00 : Enfants 10-14 ans(Débutants)

17h-18h00: Enfants 10-14 ans (Gradés)

18h-19h00 : Adolescents / Adultes (Tous niveaux)

Jeudi : Body karaté 12h15-13h15

Vendredi: Karaté (nous nous réservons le droit de changer le contenu de ces cours pour des interventions externes)

19h30-20h30 : Adolescents - Adultes (Débutants)

20h30-22h00 : Adolescents / Adultes (Gradés)

Samedi : Karaté - Kobudo (nous nous réservons le droit de changer les cours pour des interventions externes)

Kobudo 9h-10h : Adolescents - Adultes : (Confirmés marron-noire)

Kobudo 10h-11h : Adolescents-Adultes (Débutants blanche à bleu)

Karaté Compétition et entraînement individuel 11h-12h30 : Adolescents - Adultes

Tarif Bodykaraté : 220€

Tarif Sophrologie : 95€ ou 16€/séance

Tarif Module respiratoire+Sophrologie : 280€/an

Tarif Qi Gong+ Sophrologie : 280€/an

Tarif Karaté+Kobudo : 295€

Tarif Kobudo : 150€ - Prévoir pour le Kobudo l'achat d'un Bô et Tonfas

Tarif Karaté: (à la date d'inscription)

Enfants 6-7 ans : 190€- Enfants 8-14 ans : 220€ - Adolescents +14ans et Adultes : 260€

Remise 10% plusieurs membres d'une même famille. Carte m'ra, Chèques Famille Tassin Chèques vacances.
Possibilité de payer en trois fois. Notez que les cours suivent le rythme des vacances scolaires.

Contact S.Mougenot 06 07 48 13 71 S.Piazza 06 62 67 56 88

E mail : team@tassinecoleartsmartiaux.fr

Site : www.tassinecoleartsmartiaux.fr