



UN CLUB ANCRÉ SUR LA CÔTE D'OPALE



Philippe MAQUAIRE

Directeur technique JKA CO

6e dan FFK & JKA
Professeur D.E Karaté & Musculation sportive
Instructeur JKA

Une équipe de coaches passionnés qui vous encadreront avec rigueur, méthode et bienveillance.



Discipline



Equilibre



Respect

Salle des Sports du Chemin Vert

Rue du Sandettie – Allée Kodiak
62200 Boulogne-sur-mer
06.87.86.15.50
jkaboulogne@gmail.com
www.jka-co.eu



JAPAN KARATE ASSOCIATION
Côte d'Opale

Ecole de Karaté Traditionnel

Depuis 1990



*Depuis bientôt 30 ans, notre école
enseigne un karaté Shotokan dans
la plus pure tradition Japonaise*





Programme Karaté 2019-2020



Une pratique pour tous

Adapté à toutes et à tous, le karaté JKA vous offre la possibilité de progresser physiquement. Les enfants y trouveront une pratique sportive, apprendront à mieux se connaître, à se concentrer. Les sportifs pourront s'exprimer à travers des compétitions. Bien-être, self-défense, confiance en soi sont parmi les bienfaits d'une pratique régulière à travers le karaté qu'on vous propose: un Karaté traditionnel, voie d'épanouissement physique et spirituel.

5-6 ans

Eveil et développement psychomoteur

7-12ans

Développement corporel et social
Apprentissage des bases confronté à des valeurs dans une pratique traditionnelle

Ados/Adulte

Dépassez-vous dans l'esprit traditionnel du karaté Shotokan
Un nouvel art de vivre

Lundi

18h30/19h30 **Karaté** Ados/Adultes

Mercredi

16h15/17h05 **Karaté** 5-6 ans
17h15/18h15 **Karaté** 7-12 ans
19h35-20h45 **Karaté** Marrons/Noires

Jeudi

19h30/20h30 **Karaté** Ados/Adultes

Vendredi

18h30/19h30 **Karaté** Ados/Adultes

Samedi

17h15/18h15 **Karaté** 7-12 ans
18h30/19h45 **Karaté** Ados/Adultes

Dimanche

09h15/10h15 **Karaté** Ados/Adultes

Le « dojo » est la salle d'entraînement pour les Karateka. Mais c'est avant tout un lieu, où règne la bienveillance, le partage, le plaisir et la volonté.

« Le Dojo est ma maison et ses membres sont ma famille »



Adhésions & Cotisations

Consultez notre site www.jka-co.eu

Séance d'essai accessible soumis à présentation d'un certificat médical

