

KYOKUSHIN TRAINING

Les Kyokushin Trainings sont ouverts à tous les pratiquants, minimum 10 ans (**aucun spectateur**).

LIEU, DATE, HORAIRES

- Dimanche 10 mars Dojo KTS – 20, route de Chartres 28500 Vernouillet
- 9h30 - 17h30 (présence obligatoire aux 2 cours de la journée, merci de prendre vos dispositions).

INSTRUCTEURS (prévisionnel)

- Bertrand Kron Shihan
- Alexis Fréchin Shihan

APPORTER

- Dogi avec le Kanji Kyokushin brodé ou cousu en regard du cœur, et ceinture de grade
- Coquille et/ou protège-seins porté sous le Dogi.
- Gants Kyokushin à doigts coupés. **Les gants de type 'sac', 'boxe', 'mitaines', 'FFK', etc. ne seront pas acceptés !** (Voir modèle sur <http://www.kyokushinkai-france.com/1train.htm>)
- Protège "tibias-pieds".
- Un grand Pao.
- Prévoir une bouteille d'eau et pharmacie personnelle.

INSCRIPTIONS

- **Inscriptions préalables obligatoires** par eMail auprès de FKOK au minimum 8 jours avant la date du training.

MEMBRES FKOK (Gratuit pour les pratiquants à jour des documents administratifs FKOK de la saison en cours 2022/2023.) - Inscriptions reçues par eMail au plus tard 8 jours avant la date du stage, en précisant :

Club	NOM	Prénom	N° Passeport FKOK	Repas en commun (OUI/NON)

NON MEMBRES FKOK - Inscriptions reçues par courrier ou par eMail au plus tard 8 jours avant la date du stage, en précisant :

- 20 € par chèque (par courrier) à l'ordre de FKOK, ou via PayPal
- Club
- Nom & Prénom
- Numéro de licence FFK pour les Français et résidents en France
- Préciser repas en commun ou à part.

Commission Technique FKOK