PLANNING DES COURS - SAISON 2025/2026

IGKDF KARATE VANVES

SECTION PAM
2 GROUPES **3 ANS** ET **4-5 ANS**
Initiation au karaté auprès des tout petits

KARATE ENFANTS DEBUTANTS
1 GROUPE **6-11 ANS**
Ceintures blanches uniquement

KARATE ENFANTS INTERMEDIAIRES
1 GROUPE **7-11 ANS**
A partir de la ceinture blanche-jaune

KARATE ENFANTS AVANCES
1 GROUPE **7-11 ANS**
A partir de la ceinture orange

KARATE ADOS/ADULTES
1 GROUPE **A PARTIR DE 12 ANS**
Tous niveaux (ceintures blanches à noires)

PÔLE COMPETITION
3 GROUPES DE **COMPETITEURS** UNIQUEMENT
Benjamins/Minimes | Élite Kata | Élite Combat

SELF-DEFENSE FEMININE
A partir de 13 ans

BODY KARATE
A partir de 12 ans

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	DIMANCHE
MATINEE						10H00-11H30 PÔLE COMPETITION 11H30-13H00 ADOS/ADULTES TOUS NIVEAUX
APRES MIDI		12H30-13H30 ADOS/ADULTES TOUS NIVEAUX		12H30-13H30 ADOS/ADULTES TOUS NIVEAUX		
SOIREE	17H30-18H30 4-5 ANS 18H30-19H30 6-11 ANS / 7-11 ANS 19H30-20H30 PÔLE COMPETITION PREPA PHYSIQUE 20H30-21H30 ADOS/ADULTES TOUS NIVEAUX	18H00-19H00 7-11 ANS / PÔLE COMPET. BENJ/MIN 19H00-20H30 PÔLE COMPET. ELITE KATA / ADOS/ADULTES TOUS NIVEAUX 20H30-21H30 BODY KARATE / PÔLE COMPE. COMBAT	17H30-18H30 3 ANS / 4-5 ANS 18H30-19H30 6-11 ANS / 7-11 ANS 19H00-21H00 PÔLE COMPETITION ELITE KATA + COMBAT	18H00-19H00 7-11 ANS / PÔLE COMPET. BENJ/MIN 19H00-20H30 PÔLE COMPET. ELITE COMBAT / ADOS/ADULTES TOUS NIVEAUX 20H30-21H30 SELF DEFENSE FEMININE / PÔLE COMPE. KATA	18H00-19H00 PÔLE COMPETITION BENJ/MIN 19H00-20H30 PÔLE COMPETITION ELITE KATA + COMBAT 20H30-21H30 ADOS/ADULTES TOUS NIVEAUX	

DOJO SOUS PISCINE,
12 RUE LARMEROUX 92170 VANVES
BUS **59** OU **189** - ARRET "**RUE DE CHATILLON**"

+ WWW.IGKDF-VANVES.FR

AVEC LE SOUTIEN DE LA VILLE DE VANVES
HD Bâtiment Travaux Publics
Région îledeFrance
AGENCE NATIONALE DU SPORT