



Accueil / body karate

## **BODY KARATE**

---

Le body karaté est une discipline à la fois physique et mentale, qui lie des techniques de karaté sur une musique rythmique. Elle permet alors de développer sa coordination et sa psychomotricité, d'améliorer la capacité du système cardio-vasculaire et respiratoire en assouplissant le corps et en détendant l'esprit. On apprend donc des techniques de karaté de manière ludique et dynamique accompagnées d'enchaînements et déplacements constants.

### **Adultes**

Les mercredis et les Mardis 20h00 à 21h00

Les Samedis de 10h30 à 11h30

### **Enfants**

Les mercredis de 17h30 à 18h15 et de 18h15 à 19h15

### **Tarifs**

Prenez contact avec l'association

### **Adresse**

salle Polyvalente Rue de la Chapelle, 77640 JOUARRE

### **Contact**

Virginie BOURDONNAY- Présidente Tel : 07 62 61 54 56 par mail: [ksf77260@gmail.com](mailto:ksf77260@gmail.com) / [president.ksf@gmail.com](mailto:president.ksf@gmail.com)

Site : <https://karateshukokaifertois.Jimdo.com>

# BODY-KARATE

Le body karaté est une discipline à la fois physique et mentale, qui lie des techniques de karaté sur une musique rythmique. Elle permet alors de développer sa coordination et psychomotricité, d'améliorer la capacité du système cardio-vasculaire et respiratoire en assouplissant le corps et détendant l'esprit.

On apprend donc des techniques de karaté de manière ludique et dynamique accompagné d'enchaînements et déplacements constants.



Infos : [ksf77260@free.fr](mailto:ksf77260@free.fr)

Sonia au 06 32 06 03 06

Facebook : Body-Karate-Fertois

Jennyfer et Amandines vous attendent le mercredi de 20H00 à 21H30 à la salle polyvalente de Jouarre  
Rosemond et Thierry le samedi de 10H30 à 12H00 au dojo de La Ferté

Serviette et bouteille d'eau conseillées




## MAIRIE DE JOUARRE

Place Auguste Tinchant  
77640 JOUARRE

01 60 24 26 26

---

Nous ~~utilisons~~ **cookies** pour vous garantir la meilleure expérience sur notre site. Si vous continuez à utiliser ce dernier, nous considérerons que vous acceptez l'utilisation des cookies. Pour plus d'informations, rendez-vous sur [cliquez ici](#). 

Accepter

Copyright 2021 Mairie de Jouarre