



# REJOIGNEZ LE CÔTÉ ZEN DE LA FORCE



© Denis Boulanger - FFK - Designed by Senek

  
[ffkarate.fr](http://ffkarate.fr)

**BUDOKAN Moissy-Cramayel**

Facebook : <https://www.facebook.com/Budokan.Moissy>

Site Web : <http://budokan-moissy.com/>

Tel : 06.32.94.77.08





# Planning des disciplines 2023-2024

Lieu de Pratique

Salle Polyvalente  
des marronniers

DOJO Jean  
Jaurès

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN					<b>KARATE</b> 09h00 - 10h00 Débutants 6 - 7 ans	<u>Gymnastique</u> <u>Chinoise</u> 09H00 - 10H00
					10h00 - 11h00 Enfants Débutants 8 - 12 ans	<u>ARNIS KALI</u> 10H00 - 12H30 Stage mensuel
APRES-MIDI					11h00 - 12h30 Ado/Adultes 13 ans et plus	
					<u>ARNIS KALI</u> 14h30 - 17h00 16 ans et plus	
SOIR	<b>SHIATSU</b> 18h45 - 21h00 <i>Sur RDV</i>	<b>KARATE</b> 18H00 - 19H00 Enfants Gradés 8 - 12 ans	<b>BODY</b> <b>KARATE</b> 18H30 - 19H30 Enfants 8 - 13 ans	<b>KARATE</b> 18H00 - 19H00 Enfants Débutants 8 - 12 ans	<b>SHIATSU</b> 18h45 - 21h00 <i>Sur RDV</i>	
		19h00 - 20h30 Ado/Adultes 13 ans et plus	19h30 - 20h30 Ado/Adulte 14 ans et plus	19h00 - 20h00 Enfants Gradés 8 - 12 ans		
	<b>Stretching</b> 20h30 - 21h30		<b>ARNIS KALI</b> 20h30 - 22h30 16 ans et plus	20h00 - 21h30 Ado/Adultes 13 ans et plus		

## Tarifs Annuels (Cotisation Annuelle + Licence FFKDA de 37 €)

Discipline	KARATE SHOTOKAN			BODY KARATE		ARNIS KALI	Gymnastique Chinoise	Multi Disciplines
Adhésion	6 - 7 ans	8 - 17 ans	Adulte	7 - 17 ans	Adulte	Adulte	Adulte	Adulte
	155 €	205 €	215 €	155 €	175 €	215 €	175 €	215 €



**BUDOKAN Moissy-Cramayel**

Facebook : <https://www.facebook.com/Budokan.Moissy>

Site Web : <http://budokan-moissy.com/>

Tel : 06.32.94.77.08

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**KARATÉ**