

# CALENDRIER DE MARS

| DATE   | ÉVÈNEMENT  | LIEU  |
|--|--|---|
| Dimanche 1 <sup>er</sup> mars<br><i>10h30-12h00</i>  | Stage mensuel<br><i>Travail interne &amp; énergétique</i><br>Dirigé par Patrick & Julie Da Silva   | Dojo Caglione<br>78 300 POISSY                        |
| Dimanche 15 mars<br><i>9h30-12h00</i><br><br>Stage : - Gratuit<br>- Ouvert à toutes les disciplines FFK<br>- Ouvert à partir de 14 ans | Stage Arts Martiaux Vietnamiens<br><i>« La diversité des styles »</i><br>Dirigé par Jacky Le Peuch, Marc Raux, Patrick Da Silva, André Desault & Eddy Thams<br>Prévoir protections | CDFAS<br>64 rue Bouquinvillie<br>95 600 EAUBONNE      |
| Dimanche 22 mars<br><i>14h30-16h30</i><br><br>Stage gratuit  | Stage Préparation physique<br>Dirigé par Edouard Houtman, préparateur physique & mental  | Dojo Caglione<br>78 300 POISSY ( <i>à confirmer</i> ) |
| Samedi 28 mars<br>Dimanche 29 mars   | Championnats de France Technique AMVT<br><i>Minimes à Vétérans</i>   | Arténium<br>4 Place de l'Artière<br>63 122 CEYRAT     |

**Lam Son Vo Dao**  
Stages Arts Internes  
Techniques Nguyễn Công  
Adultes & Enfants à partir de 10 ans

UN DIMANCHE PAR MOIS  
10H30 - 12H00

- 13 OCTOBRE 2019
- 10 NOVEMBRE 2019
- 1<sup>er</sup> DÉCEMBRE 2019
- 12 JANVIER 2020
- 2 FÉVRIER 2020
- 1<sup>er</sup> MARS 2020
- 26 AVRIL 2020
- 31 MAI 2020
- 21 JUIN 2020

Gymnase Caglione  
www.lamson-poissy.com  
Lam Son Vo Dao Poissy  
Contact : 06 98 83 86 37

Dimanche 15 Mars 2020  
De 9h30 à 12h00

Stage Arts Martiaux Vietnamiens  
Découverte de la diversité des styles

VO QUYEN DAO  
Néa et Prédicte 4<sup>ème</sup> Dan  
Techniques de Judo

HOA KHIEM THUY VO DAO  
Néa et Prédicte 4<sup>ème</sup> Dan  
Atsara/Delfina

LAM SON  
Prédicte de 3<sup>ème</sup> Dan  
Prés de 15 ans d'expérience

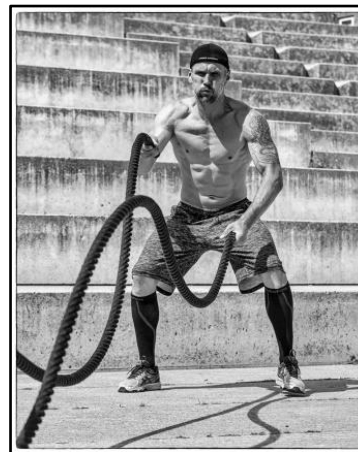
NT HOA KIM LONG  
Néa et Prédicte 4<sup>ème</sup> Dan  
Boudouque et Taekwondo

HAU QUYEN  
Néa et Prédicte 4<sup>ème</sup> Dan  
Techniques de Judo

Stage gratuit et ouvert à toutes les disciplines FFK  
Matériel à prévoir : protections session de 30min combat souple

Lieu : CDFAS - 64 Rue Bouquinvillie  
95600 EAUBONNE

Infos : cdkarat@orange.fr / 06.52.36.61.03



SAMEDI 28  
DIMANCHE 29  
MARS 2020

TECHNIQUE  
Traditionnel  
Lutte et Judo  
Vietnam Viet Vo Dao  
Judo

1 journée de  
Préparation de  
Combat pour  
les 12 ans

CHAMPIONNAT DE FRANCE  
ARTS MARTIAUX  
VIETNAMIENS  
ATTENTION - CÉYRAT (63)

adidas FFK