



Kempo Défense Training

Association affiliée à la FFKDA et membre de l'International Kemposhinkai Association (IKA)

Votre lettre infos

N°201906 - 01

La saison prochaine, du **KARATE MIX (MMA)** au RAINCY !

A partir de la saison prochaine, les lundis soirs, nous proposerons un **nouveau cours de Karaté Mix**. Ce cours viendra en complément de la préparation à la compétition.

Le Karaté Mix est une synthèse martiale de l'ensemble des disciplines représentées au sein de la FFKDA.

Cette discipline évolutive est enseignée dans un esprit de respect et de partage des valeurs sportives. Elle permet à ses pratiquants de s'exprimer pleinement tout en préservant leur sécurité et leur intégrité physique.

Le Karate Mix de part sa richesse technique et ses différentes formes d'approches pédagogiques s'adapte parfaitement à tous les âges et niveaux.

Deux **COURS ENFANTS** par semaine

Depuis cette année, nous proposons **deux cours de Kempo pour les enfants** (de 7 à 11 ans).

- **Les mercredis**, de 18h45 à 19h45, à Livry-Gargan
- **Les samedis**, de 11h00 à 12h15, au Raincy

Venez assister, gratuitement, à un cours d'essai

La saison prochaine, un nouveau cours de **SELF-DEFENSE FEMININE** A Livry-Gargan !

A partir de la saison prochaine, **les mercredis soirs, à Livry-Gargan, de 19h45 à 20h45**, nous proposerons un nouveau cours de Self-Défense réservé exclusivement au femme.

Les cours se dérouleront en deux parties :

1. **Une première partie de Body Training** (cardio et renforcement musculaires),
2. **Et une deuxième partie** d'apprentissage de techniques de **self-défense**.

Venez assister, gratuitement, à un cours d'essai.

Du **BODY TRAINING** au Raincy

Vous avez envie d'améliorer votre condition physique, votre cardio et renforcer vos muscles, alors pas d'hésitation !

Venez assister au cours de Body Training, tous les samedis de 9h00 à 9h45, au Raincy.



Des stages animés par des **EXPERTS NATIONAUX ET INTERNATIONAUX**

Chaque année nous organisons des stages, de diverses disciplines, animés par des Experts de haut niveau.

Nous avons déjà eu le plaisir d'accueillir :

- **Maitre Behring**, expert modialement connu en Jujitsu Brésilien,
- **Serge Cal**, expert fédéral, représentant du Kempo en France,
- **Gérard Olivier**, expert multi-displines, ancien assistant de Maitre Mochizuki,
- **Babette Biais** et **Patrick Jeandillou**, tout deux des hauts gradés de Wado Ryu et responsable de la formation et des grades de FFKDA 93

ET SI ON DETAILLAIT NOS COURS !

Le Kempo art martial pouvant être pratiqué en tant que

- méthode de self défense,
- sport de loisir,
- moyen d'améliorer sa condition physique, sa mémoire ou sa concentration.

Le Karaté Mix Nouveau cours, tous les lundis soirs au Raincy.

Self Défense Féminine Nouveau cours, tous les mercredis soirs à Livry-Gargan.

Le Body Training Des séances de cardio et de renforcement musculaire nécessaires à la bonne pratique du Kempo ou comme une activité physique totalement à part entière et indépendante.

Passage de grade Nous proposons également des cours spécifiques de préparation à la ceinture noire fédérale.

Compétition Tous les lundis soirs, nos compétiteurs peuvent s'entraîner et s'améliorer afin de participer aux compétitions organisées par la fédération.

Notre équipe d'enseignants est composée de passionnés d'arts martiaux qui donnent des cours et partagent leur passion de manière **totalement **bénévole**, sur leur temps libre...**

PALMARES de notre club

Depuis deux ans, après avoir récupéré notre créneau historique du lundi soir, nous proposons un cours spécifique de préparation à la compétition.

La qualité des enseignants et de nos combattants nous permettent de participer aux différentes compétitions organisées par la fédération FFKDA. Ainsi nos combattants ont, entre autre, participé à :

- Championnat de France Open inter disciplines,
- Championnat de France de Karaté Mix,
- L'open départemental combats des jeunes,
- La coupe de France de Karaté Jutsu.



Ils ont remporté de nombreux médailles, dont

- Blas, médaille d'Or en coupe de France Karaté Jutsu,
- Théo, médaille d'argent en coupe de France de Karaté Mix,
- Arno, médaille de bronze au championnat de France de Karaté Mix.

Qui sommes-nous

À propos de nous

Nous sommes une association loi 1901, gérée et animée uniquement par des **bénévoles**.

Notre objectif est le partage de notre passion, les arts martiaux et en particulier le Kempo.

Le club a été créé en 1984 par des experts de haut niveau multi-disciplinaires. Ils ont été assistants du Maitre Hiroo Mochizuki.

Le club est affilié à la Fédération Française de Karaté et de Disciplines Associées.

Nous contacter

Téléphone : 06 60 63 68 05

E-mail : contact@kempo.fr

Web : <https://kempo.fr>