



ESCAMAR

École d'Arts martiaux & Sport de Combat
Centre multisports de Montargues
07200 AUBENAS www.escamar.fr



ESCAMAR



Fédération Européenne de Karaté - Do
et Arts Martiaux traditionnels
www.escamar.fr

SHINTAI-BUDO :

- Nihon Ju-Jitsu,
- Boxe poings-pieds,
- Armes en mousse,
- Défense personnelle,
- Contrôle,
- Armes classiques,
- Etc.



Canne contact & bâton défense :

Utilisation d'une canne de marche usuelle pour se défendre – Préparation à la formation de Prévôt

Collège des Ceintures noires :

16 Ceintures noires (du 1^{er} au 5^{ème} DAN FEKAMT) composent le Collège. Des cours spécifiques sont proposés chaque semaine.

↳ L'accès au Collège des CN se fait après autorisation.

SHINTAI-BUDO :

Enfants (6 à 12 ans) :

- Cours les mardis et vendredis de 18H15 à 19H15

Ados & adultes :

- Cours les mardis et vendredis de 19H30 à 21H30

Canne contact & bâton défense :

- Cours les lundis et mercredi de 18H30 à 20H15 (sans kimono, mais revêtu d'un survêtement !).

Collège des Ceintures noires :

- Cours les jeudis de 19H30 à 21H30 (Accès sur autorisation)

↳ Tous les samedis : préparations aux examens...



Année sportive 2017 - 2018

Pour toute autre information :

06 51 79 05 72

Ou
Contactez-nous par courriel...