



Site Internet : <http://www.sms-karate.fr>
Facebook : Saint Michel Sport Karaté
Instagram : sms.karate

Madame, Monsieur,

L'année sportive 2020-2021 est en vue et nous voulons vous informer de l'organisation de **SMS KARATE** pour l'année 2020-2021 :

Les professeurs : Evelyne Bendelac (06.63.90.68.63 - evy20@free.fr) et Eric Lamère (06.73.67.16.26 – elamere@free.fr)

Les assistants : Antoine Desbryères pour l'école Multi sport Karaté et pour l'aide aux mini poussins (ainsi que Sophie Pion), Alexandre Pelletier pour le Karaté Contact (assisté par Laurent Desbryères et Kevin Lerant), Thanh Liem Lê, Brice Ligier, Kevin Lerant, Morgan Bride, Remy Izalguier et Dany Makamata pour le karaté compétition.

Le bureau et la communication : Ces personnes sont à la disposition de tous les adhérents

Président d'honneur	: Jean Yves Lucchi		
Présidente	: Liliana Martins Nunes	06.70.16.08.60	liliana.nunes@hotmail.fr
Trésorière	: Edith Vignon	06.70.94.92.77	edith.vignon@hotmail.fr
Secrétaire	: Sandrine Vilain :	07 81 02 44 99	S_vilain@sfr.fr
Secrétaire adjointe	: Lucienne Lamère	06.14.84.77.54	lucia.lamere@sfr.fr
Commission manifestation	: Eric Louessard, Christine Feillet, Céline Benoit		(Et Nelson pour les barbecues)
Site internet	: Eric Louessard		elouessard@yahoo.fr
Page Facebook	: Eric Lamère	06.73.67.16.26	elamere@free.fr
Page Instagram	: Thanh Liem Lê		

Vous trouverez, joints à ce courriel, les documents suivants permettant votre inscription ou celle de votre (vos) enfant(s) :

- La plaquette des différents horaires
- La fiche d'inscription
- Les modalités d'inscription

Vous pouvez apporter le dossier au dojo lors des permanences ci-dessous (ou l'envoyer par mail et déposer les règlements aux permanences). Les membres du bureau vérifieront ensuite votre dossier et ils vous informeront par mail ou sms s'il manque des pièces. Les chèques ne seront pas débités avant la rentrée de septembre selon l'étalement prévu. Le forum du samedi 5 septembre sera réservé aux nouveaux pratiquants pour éviter les rassemblements.

PERMANENCE

Mardi 21/7 ; 28/7 ; 18/8 ; 25/8 et 1/9
Jeudi 23/7 ; 30/7 ; 20/8 ; 27/8 ; 3/9
De 18h00 à 21h00 au DOJO DES MARES YVON

(Merci de respecter ces jours afin de ne pas perturber les premiers cours).

Début des cours normaux enfants :

Le lundi 7 septembre 2020 : 17h20 (Po/Pu Jusqu'à Ceinture Blanche/Jaune) et 18h20 (Benjamin Bche à O + Po/Pu Jaune à Verte)

Le mardi 8 septembre 2020 à 18h00 : (B/M : Ceintures Orange/Verte et Plus)

Le jeudi 10 septembre 2020 à 17h30 (Poussins Pupilles, benjamins et minimes sélectionnés l'année dernière)

Le samedi 12 septembre 2020, tous les cours seront assurés (horaires indiqués sur la plaquette des horaires)

Début des cours normaux adolescents et adultes

Le lundi 7 septembre 2020 à 19h30

Le mardi 8 septembre 2020 à 19h45

ou le jeudi 10 septembre 2020 à 19h30

Pour tous renseignements complémentaires : Eric Lamère : 06.73.67.16.26

Sur les cours Evelyne Bendelac : 06.63.90.68.63

.../...

Les cours élités du jeudi, vendredi et samedi et durant les vacances scolaires

La cotisation versée permet la participation de deux cours par semaine hors vacances scolaires. Tous les autres cours ne sont pas comptés dans la cotisation. Les enfants qui sont sélectionnés doivent donc avoir un investissement total. Les professeurs se gardent donc le droit de ne pas conserver les personnes non motivées. Ces cours sont essentiellement réservés aux compétiteurs (donc qui participent aux compétitions si sélectionnés). Cela concerne les cours suivants : Mardi de 19h15 à 19h45 ; Jeudi de 17h30 à 19h30 ; Vendredi de 18h à 20h ; Samedi : le cours avec Evelyne dans le petit dojo (sauf mini poussins) et le cours compétition de 18h10 à 19h30 et les cours compétiteurs combat durant les vacances scolaires. Les professeurs ne doivent jamais faire de discipline durant ces cours facultatifs. Les cours le premier samedi (selon faisabilité) durant les vacances scolaires sont bénévoles et permettent aux mini-poussins et aux adhérents karaté contact d'éviter une trop longue coupure. Pour les autres, cela permet à Eric de compenser un peu les samedis lorsqu'il est en coaching compétition.

Les dons (entreprises ou à titre personnel)

Etant une association sans but lucratif, le club est habilité à recevoir les dons et à établir des attestations vous permettant de le mettre dans votre déclaration d'impôt et donc de bénéficier d'un allègement. N'hésitez pas à vous renseigner. Cela permettra au club de maintenir la qualité et la quantité du matériel à disposition des adhérents.

Mini Poussins (4 et 5 ans), Self défense (dès 14 ans), le karaté contact (dès 16 ans) et semi contact (à partir de 12 ans)

Les cours d'Evelyne et d'Alexandre continuent. Le cours de self défense reste le samedi matin de 10h00 à 11h30 et les hommes sont acceptés. Les mini poussins conservent leur créneau du samedi de 14h à 15h, et le cours de karaté contact se déroulera toujours de 17h30 à 19h30

NOUVEAU : BODY KARATÉ

EVELYNE PROPOSE DU BODY KARATÉ LE SAMEDI DE 9H à 10H

Après quelques années d'arrêt, le body karaté est à nouveau proposé à partir de 14 ans. Vous avez de nombreuses vidéos sur Youtube qui vous montrent le bodykaraté. Cela permet de pratiquer des mouvements de karaté sans aucun contact (pas de combat ou d'exercice à deux). N'hésitez pas à lui demander des explications.

Cordialement