# 

COMITE REGIONAL RHÔNE-ALPES

DE SAVATE BOXE FRANCAISE & D.A.

**21 MARS 2015**

STAGE DE

SAVATE BATON DEFENSE

La ligue Rhône Alpes de Savate Boxe Française & D.A annonce son stage de **Savate Bâton** **Défense**, qui sera organisé par **François Vadala, Samy Vanopslagh & José Pinheiro avec l’Equipe Technique SBD de Haute Savoie**.

Ce stage se déroulera en Haute Savoie au Centre Sportif de **CAYENNE de Sallanches** le samedi 21 Mars 2015 toute la journée, il sera accessible à tous licenciés fédéraux âgé au minimum de 16 ans et pratiquant une discipline de la F.F. S.B.F & D.A depuis au moins le début de la saison.

Cette année, grâce à l’intervention des meilleurs spécialistes régionaux et nationaux vous aurez la chance de vous exprimer dans quatre ateliers séparés et 3 salles d'entrainement : OD au sol / Techniques multi boxes / Percussions pds/pgs & clés / Défense Perso avec gestion de stress & des conflits.

Le tarif **unique** de **50 Euros** comprend la journée de stage ainsi que la collation de midi.

**Seules seront prises en compte les inscriptions accompagnées du règlement.**

Il est aussi possible de dormir sur place le vendredi et le samedi : (pour plus de renseignements voir avec **José P**)

Le nombre de participants est limité à **60** **p** et enregistré par ordre d’arrivée, alors retourner dès maintenant le bulletin d’inscription ci-dessous ainsi que votre règlement à l’ordre du :

**Comité Départemental de Haute-Savoie de Savate Boxe Française & D.A :** adressé à

**Mr PINHEIRO José**, **56 rue des GENEVRIERS** **74300 THYEZ**

**Portable** : **06 84 82 94 41 / Courriel : pinheiro.jose@sfr.fr**

**Lieu du stage : Centre Sportif de Cayenne, avenue Albert Gruffaz 74700 Sallanches**

**Début du stage : 9 h précises**

" ON VOUS A TOUS PARLE DU BAGNE ALORS VENEZ NOUS Y REJOINDRE POUR Y VIVRE UNE JOURNEE D'……ENFER"

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Inscription Stage Savate Bâton Défense de Haute-Savoie :**

Nom : Prénom : Date de naissance : n° de licence : Nombre d’années de pratique : Niveau : Adresse : Club :