

# Cours régional techniques- katas et katas supérieurs

4 dates : 19/03/2023 – 07/05/2023 – 24/09/2023 – 10/12/2023

- 9H00 à 10H30 : Séances de travail et d'échanges réservée aux 4<sup>ème</sup> DAN et +  
Au programme : Ju-no-Kata - Kodokan Goshin-Jutsu - Koshiki-No-kata - Itsutsu-No-Kata
- 10H30 à 12H30 : Cours ouverts à partir de 1<sup>er</sup> DAN  
Au programme : Nage-No-Kata – Katame-No-Kata – Kime-No-Kata  
Démonstrations, explications par des démonstrateurs spécialisés dans le kata étudié et corrections par la Commission des grades.

