



# STAGE SENIORS

Dimanche 11 janvier 2026



9h30 - 13h00

**THEMES :**

**Karaté / Aikido**

**Principes de Self-défense**

*INTERVENANTS:*

*Francis COLESSE CN7ème Dan*

*Giobatta GIUSTO CN7ème Dan*



**Dojo Complexe Sportif des Arts Martiaux**  
**rue Geoffroy Martel - 41100 VENDOME**