



**KAMIGAITO WADO RYU KARATE CLUB MAMER a.s.b.l.**  
(affilié à la F.L.A.M.)

Hall sportif Nic Frantz - Mamer

[www.karate.lu](http://www.karate.lu)

## **Passage de Grade**

**03/05/2024 :** Fuuss, Tiger et Draach

**07/05/2024 :** Panda 1 et Panda 2

L'horaire exact et les détails concernant l'inscription suivront.

## **Repêchage**

**29/06/2024 :** Fuuss, Tiger et Draach

**25/06/2024 :** Panda 1 et Panda 2

## **Préparation**

**Les techniques sont régulièrement reprises aux entraînements. Entraînements spéciaux dédiés au passage de grade :**

**05/02-09/02 :** Kihon et Renzoku Waza

**04/03-08/03 :** Kata

**18/03-22/03 :** Yakusoku Kumité (avec partenaire)

**26/04 et 30/04 :** **Tiger et Draach** – entraînement libre avec coaching

Remarque : **Tiger et Draach** doivent se présenter avec un partenaire fixe au passage.