Echanges inter club

Les **Ecoles de Linselles**, **Comines** et **Neuville en Ferrain** mettent en place des ***échanges inter club***. Le but est que chaque enfant ou adulte puisse venir s'entraîner dans les différentes écoles « **Thanh-Long** ». Ce sera un moment de convivialité et de partage. Les horaires pour tous sont de **19 h à 20 h 45**, **excepté à Comines : de 19h30 à 21h00**

Les séance sont encadrées :

- **Maître Ngoc-Thanh NGUYEN, 6ème DAN**
- **Maître Ngoc-Long NGUYEN, 6ème DAN**

Assistés par :

- **Hélène NGUYEN, 5ème DAN**
- **Dominique MEURILLON, 5ème DAN**
- **Antoine PANNECOUCKE, 4ème DAN**
- **Fouad BOUBZIZ, 3ème DAN**

Le contenu : (cours évolutifs)

- Condition physique
- Technique combat
- Technique Poumsé
- Self défence (Ho Shin Soul, Hapkido)

Site de Neuville en Ferrain : salle DEPOORTER

De 19h00 à 20h45 — Jeudi 27 Mars, Jeudi 10 Avril, Jeudi 15 Mai

Site de Comines : salle A. VERET – Avenue des SPORTS

De 19h30 à 21h00 — Mercredi 2 Mars, Jeudi 16 Avril, Jeudi 14 Mai

Site de Linselles : salle Pierre de COUBERTIN – 57 rue de Tourcoing

De 19h00 à 20h45 — Vendredi 21 Mars, Vendredi 18 Avril, Vendredi 2 Mai

***Matériel à prévoir* : protection complète, bouteille d'eau ….**

Comptant sur votre participation.