

LE KARATE – DO POUR LES ENFANTS :

UN FORMIDABLE MOYEN EDUCATIF:

- * Confiance en soi
- * Respect d'autrui
- * Courage, volonté, persévérance
- * Capacité d'attention et de concentration

Voilà quelques qualités particulièrement développées par une pratique régulière du Karaté chez les enfants.

UNE ACTIVITE PHYSIQUE COMPLETE:

- * Une infinie diversité de mouvements
- * La parfaite symétrie dans leur étude (Gauche/Droite)
- * La sollicitation équilibrée de tous les groupes musculaires
- * La progression dans l'intensité des exercices en fonction de l'âge, de la morphologie et de l'ancienneté de chacun
- * L'absence de charges portées (Soulèvement du partenaire très rare), le travail en extension plus qu'en compression
- * Une méthode pédagogique qui décompose parfaitement chaque geste technique pour un apprentissage précis et sans danger
- * L'obligation de respecter ses partenaires, ses professeurs, des conventions et des règles de comportement.

Ces caractères spécifiques à l'enseignement du Karaté réunissent tous les éléments pour un développement physique et moteur harmonieux de l'enfant.

UN ENCADREMENT COMPETENT ET UNIQUE :

Notre association confie tous les cours à des professeurs diplômés d'état (Brevet d'Etat d'Educateur Sportif). Notre groupe d'enseignants de 12 professeurs et 5 assistants s'entraîne régulièrement, participe à de nombreux stages. Il constitue une structure unique en Gironde tant par le nombre de hauts gradés, que par l'expérience de ses enseignants. Elle est principalement dirigée par :

Sylvie LAGRANGE : ceinture noire 7^{ème} Dan, professeur diplômée d'État, diplômée de Self-Défense (FFKAMA), diplômé « pratique du 3^{ème} âge » (Jeunesse et Sports), plusieurs fois championne et vice-championne de France, juge technique national, pratique depuis 1970, enseigne depuis 1975, 10 ans en équipe de France.

Noël CARRERE : C.N. 7^{ème} Dan, professeur diplômé d'État, arbitre national, juge technique national, ancien DTD, pratique depuis 1968, enseigne depuis 1976.

Sylvain QUEYROI : C.N. 6^{ème} Dan, professeur diplômé d'État, pratique depuis 1972, professeur depuis 1986.

Tél. professeurs: 05 56 78 12 09 ou 06 18 13 63 65

Renseignements / inscriptions sur le site : www.ecole-karate-do.com

e.mail: ecole-karate-do@wanadoo.fr