



KARATE-DO BELLEDONNE

空手道
KARATE-DO

棒剣術
BOKEN-JUTSU

棒術
BO-JUTSU

SEMAINES DECOUVERTES DU KARATE Du lundi 14/01/2019 au samedi 26/01/2019

Bonjour à tous !

Comme chaque début d'année, le club organise les "semaines découvertes". Vous pouvez inviter un parent, un ami ou une connaissance à venir découvrir la pratique du karaté. **Cette année, les parents souhaitant participer, auront la possibilité de venir aux mêmes horaires que leurs enfants ainsi qu'aux cours adultes.**

- Pourquoi les « semaines découvertes » ?

Tout simplement parce que de nombreuses personnes ont des préjugés sur le karaté en pensant que c'est une discipline violente. C'est pourquoi nous voulons montrer que même si le karaté est un art martial, il permettra à chacun de trouver des éléments de satisfaction et d'épanouissement :

Le Karaté-Do Shotokaï est un style qui vise à concilier l'efficacité de l'art martial dans une pratique souple et harmonieuse pour le corps et donne une place essentielle au respect des muscles et articulations, il peut être pratiqué jusqu'à un âge avancé !

Le respect est une valeur essentielle : chacun travaille avec un partenaire, et non un adversaire, le but étant de faire progresser l'autre en même temps que soi-même.

Style non orienté vers la compétition, le Karaté-Do Shotokaï permettra à chacun de trouver des éléments de satisfaction à sa pratique :

Pour les plus jeunes : éveil, développement de la motricité, de la concentration et enseignement initial

Pour les ados et adultes : maintien en condition physique, techniques traditionnelles, self défense, entraînement au combat, bo-jutsu (art du bâton 1m80), boken-jutsu (art du sabre en bois)

Les semaines découvertes sont aussi l'occasion de passer un bon moment avec un ami ou un parent en lui faisant découvrir votre activité favorite.

- Comment faire pour inviter quelqu'un ?

1. Motiver un parent ou un ami qui souhaite voir ce que vous faites ou à qui vous voulez faire découvrir votre passion.
2. Lui dire de prendre la veille au soir et à midi un bon plat de pâtes, de venir avec un survêtement et une bonne bouteille d'eau et puis C'EST PARTI !!!

Du lundi 14 au samedi 26 janvier 2019, TOUS les cours sont ouverts pour faire découvrir notre pratique à votre entourage alors N'HESITEZ PAS !!!

La pratique du karaté pendant les semaines découvertes n'implique pas d'inscription au club, il sera cependant demandé aux invités de signer une licence (gratuite) ainsi que remplir le document « Invitation » afin que chacun puisse pratiquer en étant assuré.

Pour plus d'informations, demander conseil auprès de l'équipe d'encadrement ou des membres du comité directeur de KDB.

Cordialement.

L'équipe Karaté Do Belledonne.