

**KARATÉ SHOTOKAN.** Ecole agenaise.

## Nathalie, Katia et Ghislaine renforcent l'équipe EAKS

L'Ecole agenaise de karaté shotokan est heureuse de compter trois nouvelles professeurs dans son équipe pédagogique. Jusqu'alors, l'équipe était composée d'Anatole Abadia, 7e dan DES-JEPS (diplôme d'Etat supérieur de la jeunesse et de l'éducation populaire et sportive), directeur technique qui assure les cours de karaté enfants et adultes tout niveau et ceintures noires ; Jean-Pierre Bay 4e dan CQP (certificat de qualification professionnelle) chargé du cours self-défense et karaté débutants ; Anne-Valérie Rousseau, 3e dan DAF (diplôme d'animateur fédéral) chargée des cours baby karaté, karaté enfants et ados, et Laurent Rousseau 2e dan DAF qui assure les cours karaté débutants et training.

Nathalie Perrot, Ghislaine Garcia et Katia Chiocci, toutes les trois 2e dan, ayant obtenu leur diplôme d'animateur fédéral, viennent renforcer cette équipe.

**Nathalie** a d'abord pratiqué et enseigné le judo (2e dan et BEES 1er degré). Mais en 2007, elle adopte le karaté, elle devient l'élève d'Anatole, à Agen, en 2014. Aujourd'hui, faire partie des professeurs d'EAKS est un moyen de donner aux autres un peu de ce qu'elle reçoit depuis plus de trente ans à chaque fois qu'elle enfle son kimono. Elle assure les cours enfants du mercredi, en doublon avec Anatole, ces deux professeurs permettent ainsi d'assurer des cours de qualité, même avec un effectif conséquent le mercredi.

**Ghislaine** débute le karaté en 2007, à la recherche d'une pratique physique différente, bénéfique pour la santé et l'équilibre personnel. Le karaté, comme tous les



Nathalie Perrot, Ghislaine Garcia et Katia Chiocci, les nouvelles professeurs.

arts martiaux, permet cette rencontre du corps et de l'esprit. A 48 ans, elle ose franchir le seuil du dojo, encouragée par des femmes actives, mères de famille et déjà pratiquantes. La qualité de l'enseignement et l'esprit d'EAKS l'ont amenée à un niveau de pratique qu'elle n'avait pas imaginé en débutant et aujourd'hui, c'est avec plaisir qu'elle peut transmettre à son tour. Elle assure le cours de sophro karaté le mardi, à 19 heures.

**Katia** est notre remplaçante de choc, permettant ainsi à EAKS d'assurer tous ses cours. Elle débute le karaté à 39 ans avec Anatole, motivée par ses trois enfants adeptes de cet art martial et fans de leur professeur Anatole.

Preuve que l'on peut commencer le karaté sur le tard. Très vite, en pratiquant assidûment le karaté, elle voit sa condition physique générale améliorée et gagne en confiance. Plus qu'une technique de combat, le karaté lui permet une recherche du moi véritable.

Les cours à EAKS sont dispensés tous les jours au dojo du Stadium, accès rue Paul-Pons. Karaté enfants à partir de 4 ans, ados, adultes, seniors, self-défense, sophro-karaté et training sont proposés et accessibles à tous. Vous pouvez venir nous rencontrer directement au dojo, vous serez les bienvenus.

**Contact :** [www.eaks47.net](http://www.eaks47.net), [tucolles@yahoo.fr](mailto:tucolles@yahoo.fr) ou 06 81 95 97 29.