



/ Photo DDM,

KARATÉ SHOTOKAN.

École agenaise : le plus jeune a 3 ans

Depuis trois ans, une section baby karaté est proposée le samedi de 14 heures à 15 heures. Ce cours est ouvert aux enfants de 4 à 6 ans, en présence d'un parent, mais cette année, 2 enfants de 3 ans et 3 ans et demi suivent également le cours sans souci et avec plaisir.

Il a pour objectif premier l'éveil corporel à travers la découverte du karaté tout en s'amusant. Des exercices ludiques permettent aux enfants de se découvrir dans la joie et la bonne humeur. Le cours est basé sur des apprentissages moteurs. L'éducation corporelle à travers des jeux propres au karaté, déplacement dans l'espace, équilibre, découverte de son corps, relation avec les autres.

L'enfant qui pratique verra son trop-plein d'énergie canalisé au profit d'une action contrôlée qui lui servira dans tous les domaines de la vie. L'enfant timide prendra confiance en lui

au fur et à mesure de ses progrès. Ils apprendront ainsi à développer leurs réflexes et à coordonner les mouvements de leur corps. L'utilisation de son corps dans des mouvements naturels permet un développement harmonieux de la musculature et de la souplesse. Mais le baby karaté permettra également la gestion des émotions et des actions, le respect des règles, le respect de soi et des autres, ainsi que l'esprit d'initiative. Vos enfants âgés de 4 à 6 ans peuvent venir s'essayer à ce cours et rencontrer Valérie Rousseay, professeur du club, qui pourra répondre à toutes vos questions.

Vous pouvez venir nous rencontrer directement au dojo, vous serez les bienvenus.

Les cours à l'École agenaise de karaté shotokan sont dispensés tous les jours au dojo du stadium, accès rue Paul-Pons. Contact : www.eaks47.net ou 06 81 95 97 29.