

Ecole Agenaise de Karaté Shotokan



L.ROUSSEAU  
Président

G.GARCIA

JP.BAY

AV.ROUSSEAU

A.ABADIA  
Professeur Principal

Sensei Abadia peut être fier de ses élèves.

## Trio gagnant pour EAKS : 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> dan !

Sensei A. Abadia 7<sup>e</sup> dan professeur principal a présenté trois élèves à un examen au passage des grades, qui se déroulait à Bordeaux : Ghislaine Garcia pour le 3<sup>e</sup> dan ; Anne-Valérie Rousseau pour le 4<sup>e</sup> dan, et Jean-Pierre Bay au 5<sup>e</sup> dan. Tous les trois enseignent au sein du club et sont des pratiquants assidus puisque Ghislaine cumule une dizaine d'années d'activité, Anne-Valérie s'entraîne depuis 14 ans et JP un vétérana au long cours avec ses 40 ans d'assiduité...

Délivrés par une commission spécialisée, ces « Dan » sont reconnus par l'Etat. Et valident une progression des connaissances techniques cheminant de concert avec une évolution personnelle déterminant la voie vers une maîtrise corps-esprit. Ce sont de longues années de pratique qui permettent de construire une attitude de corps, selon les critères de l'art martial, ainsi qu'un patient polissage de l'esprit afin d'affiner les aptitudes vertueuses morales. Le père fondateur du karaté-do, Gichin Funakoshi, édictait : « La technique du corps n'est rien sans l'esprit » Après la ceinture noire, c'est la conquête des « Dan », qui constitue une immense victoire sur soi-même, l'apogée ponctuelle de tous les efforts. Un état de grâce qui submerge l'aspirant accédant au « Dan » supérieur, ce franchissement de palier engendre un bien-être physique et mental en délaissant derrière soi des périodes de découragements et de frustrations

issus, des sévères exigences du maître. Cette harmonie esprit-corps recherchée dans la rigueur de l'exercice et du combat, s'imisce progressivement dans tous les aspects de la vie privée du karatéka et intègre, graduellement, les vertus du karaté à son mode de vie social, en devenant facteur principal d'influence sur sa destinée.

À l'issue d'un examen satisfaisant aux modalités d'obtention, les examinateurs décernent les grades de 3<sup>e</sup>-4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> dan aux 3 élèves de M. Abadia. Un nouveau cap est surmonté vers l'excellence...

Cela constitue une source de fierté pour Sensei Abadia, qui leur rappelle, fort à propos, un de ses préceptes favoris : « Le grade ne donne pas sa valeur à l'homme, mais c'est l'homme qui donne sa valeur au grade ». Le succès de ses élèves certifie l'excellente pédagogie de son enseignement. M. Rousseau président du club, félicite chaleureusement les nouveaux promus et apprécie avec contentement l'avancement de ses 3 enseignants, bonifiant la dimension qualitative du club EAKS...

Les visiteurs peuvent assister aux cours en s'installant dans les gradins, et à l'issue, collecter des informations auprès des responsables sur les sections : Karaté baby/enfant/ ado/adulte/Karaté santé/Body karaté. Se renseigner aussi : Site Internet : [www.eaks47.net](http://www.eaks47.net) ou mail à : [val.karateka@yahoo.fr](mailto:val.karateka@yahoo.fr) ou 06 76 33 95 70.