

UNE DEMO DE KARATE

Le 5 avril 2003, le Karaté Club de Tourny organisait une démonstration. Son président Claude Vuichoud nous livre ses impressions.

Comme chaque année, c'est l'occasion de présenter aux familles et sympathisants le travail effectué par la quarantaine de pratiquants que comprend le club. C'est avec grand plaisir que cette représentation fut suivie par un public nombreux et enthousiaste. Pas moins de 26 exercices représentatifs des entraînements quotidiens se sont succédés : techniques de poings, de pieds, balayages et blocages, actions au sol, défenses sur attaques au couteau, sabre, nunchaku, applications de kata, etc.... La moitié de ces enchaînements fut assurée par nos plus jeunes adhérents.

Les aspects essentiels du karaté que nous développons et que nous appliquons se déclinent autour des axes suivants : apprendre à respirer, être à l'écoute de son corps, développer ses perceptions et la confiance en soi en adaptant la technique à sa morphologie.

Le karaté est à la portée de tous. C'est dans un environnement de détente (et de travail) que chacun trouve sa place parmi les anciens. Le bien-être éprouvé chaque année par les nouveaux adhérent(e)s nous révèle le bien-fondé de la philosophie du club. La self-défense mise en place à Tourny a les mêmes objectifs. Les applications sont seulement plus immédiates.

Claude Vuichoud

HORAIRES DES COURS

Salle Polyvalente de TOURNY

Lundi

De 19h00 à 20h30 Adolescents / Adultes

Mercredi

De 17h00 à 18h15 Enfants

De 18h15 à 20h30 Adolescents / Adultes

Jedi (Self-défense)

De 17h45 à 19h15 Adolescents / Adultes

Instructeurs

P. CREPIN et C. VUICHOUD