

2007/2008 l'année du BODY KARATE



La saison passée fût l'année de la mise en place du karaté contact, discipline difficile, nécessitant un gros engagement physique, réservé aux grands adolescents et aux jeunes adultes avec quelques exceptions où la volonté et le courage viennent compenser le poids des années.

2007/2008 est l'année du body karaté, sous l'impulsion de notre Fédération et un très gros travail de préparation, tout l'été, de Matthieu VERNERET notre professeur, la discipline nouvelle, a vu le jour en septembre avec un effectif à 90 %, féminin.

Le Body Karaté est la rencontre du fitness et des Arts Martiaux, mêlant techniques de karaté, renforcement musculaire, travail cardio, chorégraphie et stretching avec des séquences accompagnées de musique rythmée.

Les premières heures de pratique soulèvent un enthousiasme général et communicatif, une plaquette spécifique de présentation, vous attend au club et en mairie, n'hésitez pas à vous faire tenter par quelques cours d'essais gratuits.

Coté compétitions ; en karaté sportif (traditionnel) quelques podiums, compétiteurs récompensés à la sympathique réunion, fin juin, organisée par la Municipalité, le niveau et la qualité du karaté régional monte, les places sont chères !. Mais aussi en karaté contact, une équipe vient de se constituer, avec des karatékas motivés ; souhaitons leur, bonne chance pour la saison qui s'ouvre.

Notre attention continue à se concentrer sur les enfants, avec un enseignement performant, amélioré par une prise en charge personnalisée, Matthieu étant aidé par des assistants permettant la mise en place de groupes de niveaux, assurant une compréhension et une progression plus rapide des élèves ■

REMERCIEMENTS

Nous remercions la Municipalité pour le prêt des locaux et les équipes administratives et technique, pour leurs accompagnements dans la mise en place de la saison et des manifestations. Nous remercions aussi notre professeur Matthieu Verneret ainsi que Stéphane, Michel, Alexandre, Denis pour leur aide occasionnelle précieuse. Sans oublier notre Trésorier Mario Allasia, quelques adhérents et parents de nos élèves enfants, opérationnels pour nos activités extra sportives ; nous les remercions chaleureusement.

INFO CLUB

Actualités extra sportives

Vide grenier / pétanque / loto des enfants ont pu se réaliser, grâce à l'efficacité du bureau et d'une poignée d'adhérents disponibles, courageux et efficaces ; un grand merci à eux, rendez-vous identiques en 2008.

Rappel

Notre association a toujours pour objectif, l'enseignement du karaté à partir de 4ans, karaté traditionnel et sportif (enfants/adolescents/adultes), du karaté contact (initiation pour adolescents et adultes) et donc, nouvellement du body karaté (adolescents et adultes).

Enfants, adolescents, adultes désireux de pratiquer un sport au travers duquel vous pourrez développer des qualités, tant physiques que mentales, venez nous rejoindre; inscription possible toute l'année, renseignements sur place aux heures d'ouverture du dojo Espace Henri Saint-Pierre : lundi 18h/22h mercredi 14h/17h jeudi 19h/22h.

Ou par téléphone 06 60 94 13 40

Rendez-vous 2008

Vide grenier : jeudi 1^{er} mai
Pétanque : samedi 14 juin
Loto des enfants (qui par un système adapté, permet de faire jouer les petits) : dimanche 16 novembre.

Merci de prévoir un peu de votre temps et de venir nombreux à ces manifestations, gage d'un encouragement du K.B.C. à sa participation à la vie associative Albignolaise.