

Mercredi, démonstration de karaté au Foyer municipal

On sait qu'un club de karaté vient de se créer à Loudéac. Réunion, samedi soir, autour de leur président, le Dr Le Cornet et de son animateur, Jean-Yves Bogard, à la grande première du karaté, à Loudéac.

C'est, en effet, mercredi 13, à 20 h 30, au foyer municipal (entrée gratuite) que le Karaté-club de Paimpol viendra en démonstration, afin de faire connaître ce sport, dont on croit trop souvent qu'il est synonyme de bagarre et détruire un mythe, en quelque sorte, en attirant des pratiquants.

Le but du karaté est de tirer le maximum de ses possibilités physiques et mentales, de créer l'habitude de situations exception-

nelles. Art japonais, mise au point minutieuse de techniques de combats ancestraux, le karaté, qui signifie « main vide » a pour but d'accomplir sportivement une action de défense.

Pour obtenir cela, un entraînement rigoureux est nécessaire où force, vitesse, retournements rapides, doivent être constamment recherchés.

Concentration, unité, vitesse, précision, contrôle mental et physique, voilà les mots clés de l'esprit de l'entraînement.

C'est ce que proposera, à partir de la mi-octobre, le Karaté-club de Loudéac qui, après la démonstration du 13, commencera l'entraînement deux fois par semaines au local situé derrière le foyer municipal.

SEPT 1976

