

HEBDO PUB
2809 83

KARATE

La section de karaté de l'A.S.P.T.T. du pays de Lorient, centre champêtre de Kerfléan Caudan.

La section de karaté, qui entame sa 2^e saison à Kerfléan, propose 2 fois par semaine pour les adultes et 1 fois pour les enfants des cours de 1 h 30. Ces entraînements sont assurés par M. Le Trocquer, instructeur fédéral et sont ouverts à tous.

C'est un sport qui nécessite peu de moyens physiques exceptionnels. Excellent pour l'entretien physique, la souplesse, il peut être pratiqué par les enfants, les femmes et les gens âgés.

Le karaté est avant tout un art martial. A travers la pratique en salle, se dégagent la philosophie, recherche de l'équilibre, de la plénitude et maîtrise de soi-même.

Le karaté est structuré, il existe une fédération, la FFKAMA, des ligues, des comités départementaux.

Des compétitions techniques ou combat, sont régulièrement organisées à ces différents échelons.

Le karaté est souvent considéré comme un sport marginal et violent, mais il est surtout méconnu... Méconnu surtout par les possibilités de développement personnel du pratiquant, tant au plan physique et sportif que moral et psychique, s'il n'a pas encore acquis toutes ses lettres de noblesse, le karaté n'est plus une école de violence.

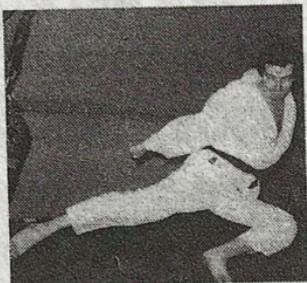
Renseignements pratiques :

Cours adultes : mercredi 18 h 30 à 20 h, jeudi 18 h 15 à 19 h 30, 19 h 30 à 21 h ; cours enfants (7 ans minimum) mercredi 17 h 30 à 18 h 30.

Inscriptions et renseignements, Centre champêtre de Kerfléan, Caudan, ou tél. 76.77.43 en soirée.

CAUDAN

• KARATE



Renseignements pratiques :

Cours adultes : mercredi 18 h 30 à 20 h, jeudi 18 h 15 à 19 h 30, 19 h 30 à 21 h ; cours enfants (7 ans minimum) mercredi 17 h 30 à 18 h 30.

Inscriptions et renseignements, Centre champêtre de Kerfléan, Caudan, ou tél. 76.77.43 en soirée.

La section de karaté de l'A.S.P.T.T. du pays de Lorient, centre champêtre de Kerfléan Caudan.

HEBDO PUB 2809 83