

Arts Martiaux De Pusignan

Karaté
Body Karaté
Karaté Défense



L'année 2016 est terminée !

2017 s'annonce encore plus intensive : bref ce sera de nouveau une **BONNE ET EXCELLENTE ANNEE !**

Dès le début de la saison sportive, forte d'avoir l'ensemble de ses effectifs pleins, toute l'équipe du club s'est mise au travail pour offrir à nos adhérents des cours intenses !

Suite au tournoi de Karaté organisé à Pusignan au printemps dernier (60 enfants et plus de 150 spectateurs), quasiment l'ensemble des enfants a souhaité participer aux championnats de ligue Rhône-Alpes. C'est ainsi qu'à l'automne, nous avons présenté plus de 25 enfants sur les tatamis de Lyon et ramené une bonne douzaine de médailles !

Toujours dans la continuité, et sur la trace d'Eric Mounès qui avait obtenu la ceinture noire de Karaté Défense avec les félicitations du jury en juin dernier suite à une préparation intensive au sein du club. Cette saison ce sont cinq adultes qui se présenteront à l'examen de grade pour l'obtention de la ceinture noire en Karaté et Self Défense ! Une première pour notre club qui ne cesse de voir le niveau de ses pratiquants monter. D'ailleurs, le nombre d'adhérents adultes en Karaté est également en hausse avec l'arrivée de nombreux débutants qui ont été chaleureusement (au sens propre et figuré) accueillis dans nos cours !

Les Karatékas se joignent pour la plupart à la séance de body karaté, qui leur assure une préparation physique complète. Chacun pouvant aller à son rythme, hommes et femmes de tous âges et tous niveaux sportifs se joignent à Arnaud pour un programme de remise en forme sur des rythmes musicaux variés et actuels. Depuis plusieurs années, une méthode de self



défense leur est proposée : le karaté défense, accessible à tous, fait de plus en plus d'adeptes le vendredi soir.

Cette ambiance sportive s'allie naturellement à une grande convivialité. Les membres du bureau et du conseil d'administration ainsi que les professeurs unissent leurs idées et leur motivation pour proposer aux adhérents des moments d'échange qui viennent enrichir la pratique sportive. Une grande partie de la centaine d'adhérents et leur famille ont en effet pu, courant novembre, partager un repas « chili » offert par le club et les desserts concoctés par chacun.

De nombreuses manifestations viendront cette année encore rythmer l'année (cours parents enfants, resto-bowling, tournoi, randonnée en montagne, etc.) que vous pouvez suivre sur le site internet du club <http://club.amp.free.fr>.

