



Le KVS'press

Édition rentrée 2026-2027 et rétrospective

Reprise des cours pour la saison 2026-2027

Après une pause estivale caniculaire, la reprise de l'entraînement s'est effectuée en ce mois de septembre 2026 pour le plus grand bonheur des habitués et des nouveaux. Vous pouvez retrouver davantage de photos ainsi que les horaires des différents cours sur nos réseaux (voir en fin de gazette) et sur www.karateclubvaldesaone.com

8 Septembre 2026 :



Dojo de Pont de Vaux avec Sensei Laurent



Dojo de Viré avec Sensei Frédéric

9 Septembre 2026 :



Salle des arts martiaux de Bâgé la Ville avec Sensei Frédéric

10 Septembre 2026 : Reprise des cours de Self-Défense au Dojo de Viré. Tous les jeudis de 19h à 20h30. N'hésitez pas à nous envoyer vos photos.

📌 NEWSLETTER DU CLUB

Stage à venir (accessible à partir de la ceinture bleue) : 27 Septembre 2026 de 9h30 à 11h30 au dojo de Peronnas avec Georges Durand, 7^e dan FEKAMT.

Thème du stage : LES ROTATIONS.

Gratuit pour les membres du Collège des Ceintures Noires et 10€ PAF pour les Non-membres

💡 Le savais-tu ?

Le kumite (組手), signifiant mélange des mains, est le combat conventionnel du karaté.

📖 Citation du Bushidō

« Le courage n'est pas l'absence de peur, mais la maîtrise de celle-ci. »

📖 Maître Funakoshi l'a dit !

« Ce que vous aurez appris en écoutant les paroles des autres, vous l'oublierez bien vite. Ce que vous aurez compris avec la totalité de votre corps, vous vous en souviendrez toute votre vie. »

👏 L'évènement de février 2026 :

Le 5 février 2026, s'est tenu à la salle polyvalente de Viré, le loto du KVS. Il s'est déroulé dans la joie et la bonne humeur et a rencontré un grand succès.

Nous remercions l'équipe d'Alain Pradier, tous les bénévoles du KVS ainsi que tous les participants (environ 250 personnes) qui ont contribué au bon déroulé de cette journée.

Le loto reviendra le 4 février 2027 au même endroit !



🏆 Stage du 28 Février 2026 sur les kumite selon les grades :

Nous étions 10 licenciés du club à avoir fait le déplacement jusqu'à Bouvesse-Quirieu afin de profiter de l'accueil chaleureux du Karaté Club Bouvesse et du riche enseignement de Georges Durand.

De 10h à 12h, des kumite adaptés à tous les grades de la ceinture jaune aux ceintures noires et grades supérieurs ont été expliqués par Georges et expérimentés par les 35 karatekas présents. Ce stage de qualité s'est conclu avec un apéro décontracté et un repas convivial dans la joie et la bonne humeur.



Stage Kumite selon les grades – 28 Février 2026 à Bouvesse Quirieu

🏆 Interclub Coupe du Tigre du 22 Mars 2026 :

C'est à Péronnas que les enfants de différents clubs ont eu le plaisir de présenter leurs katas devant leurs parents, proches et amis.

Au-delà des médailles et des coupes, cette expérience leur a permis à toutes et à tous de transformer leur stress en une force motrice, les faisant grandir tant sur le plan martial que sur le plan personnel.



Interclub des Tigres – 22 Mars 2026 à Péronnas

🏆 Stage FEKAMT du 28 Mars 2026 de la commission féminine (karaté, takeda budo, self-defense) – Ouvert à toutes et à tous !



Maxence, l'éternel sparring partner 😊



Stage pluridisciplinaire – 28 Mars 2026 à Meximieux

🏆 Stage « de l'Ascension » du 14 Mai au 17 Mai 2026 à Fareins – Avec Lionel Froidure :

Ce stage a permis de revoir certaines bases d'un point de vue différent, que ce soit au niveau des postures ou de la manière de travailler en général. On a aussi pu expérimenter la cérémonie du thé version exercice d'appréhension de la zone de notre partenaire et entrapercevoir les bienfaits du Shiatsu.

A noter également la présence d'Anne-Laure Massinon, karateka et autrice des excellents livres « L'appel du Karaté » et de « L'appel du Karaté, vol 2 ».



🏠 **Portes ouvertes Self-défense le 28 Mai 2026 à Viré de 19h à 20h30, suivi du pot de l'amitié :**

Vous avez une nouvelle fois eu l'occasion de venir découvrir les mouvements de base de self-défense et comment réagir face à un couteau ou un bâton.



🍷 **Repas champêtre du 6 Juin 2026 :**

Les membres du KVS ainsi que leurs amis se sont retrouvés autour d'un banquet en plein air.



🏆 **Interclub Coupe du Samouraï du 18 Juin 2026**

Les clubs de Bouvesse, Peronnas, Châtillon et le KVS se sont retrouvés à Péronnas pour une démonstration collective de Karaté dans une ambiance légère malgré la chaleur. Des coupes, des médailles et des diplômes ont été remis à nos jeunes karatekas afin de les récompenser pour leur belle saison.



📅 **Prochaines dates (plus d'infos : www.karateclubvaldesaone.com)**

Sous réserves d'autres dates pas encore connues à ce jour

- ♦ **Dimanche 27 Septembre 2026 : ! A partir de la ceinture bleue !** Stage au dojo de Peronnas de 9h30 à 11h30 avec Georges Durand sur les Rotations. PAF 10€ si non adhérent au Collège des Ceintures Noires
- ♦ **Vendredi 02 Octobre 2026 : A ne pas manquer !** Stage exceptionnel à Peronnas de 19h à 21h en présence du Shihan KAGAWA, 9^e Dan et instructeur de la JKS. Merci de vous rapprocher de Fred au plus vite si vous souhaitez y participer afin de connaître le montant PAF et d'organiser un éventuel covoiturage.
- ♦ **Du samedi 17 au dimanche 18 Octobre 2026 :** Stage gratuit (pour tout licencié FEKAMT) multidisciplines « Claude Valentin » à Châtillon sur Chalaronne. Samedi de 14h à 18h et le dimanche de 9h à 12h. Inscriptions par mail. Merci de vous rapprocher de Fred.
- ♦ **Mardi 15 Décembre 2026 :** Cours commun de Noël à la salle polyvalente de Viré (à côté du Dojo)
- ♦ **Du samedi 16 au dimanche 17 Janvier 2027 :** Stage (PAF 30€) avec Lionel Froidure à Corbas. Samedi de 15h à 17h (Karaté) et de 17h30 à 19h30 (Goshin). Dimanche de 9h30 à 11h30 (Armes contre armes). Inscription en ligne obligatoire. Covoiturage possible. Voir auprès de Fred.
- ♦ **Jeudi 04 Février 2027 :** Loto du KVS à la salle polyvalente de Viré (à côté du Dojo) – Détails à venir



Passage de ceinture juin 2026

Mouvement en lumière

YAMA-ZUKI



Il ne s'agit pas seulement d'un double coup de poing, c'est une déclaration. En karaté, au moment où les 2 poings avancent comme des pics jumeaux s'écrasant sur la cible, la technique montre un engagement total : hanches verrouillées, position enracinée, souffle explosif. Ce n'est pas destiné aux combats tape-à-l'œil ; il est conçu pour submerger, rompre l'équilibre, choquer l'adversaire avant même qu'il ne réagisse. Lorsqu'il est exécuté correctement, le yama-zuki ressemble moins à 2 coups de poing qu'à un mur qui vous frappe.

La preuve qu'en Karaté, la puissance vient de l'unité du corps et non de la vitesse du bras.

Mot de la fin

Le karaté, c'est l'art de se connaître soi-même à travers le mouvement, la discipline et la camaraderie.

 **Venez découvrir ou redécouvrir les Heian au travers des carrousels élaborés par Maxence ! N'hésitez pas à liker et à commenter !**



 **A ne pas manquer !!!**



Repas convivial du stage du 28/02/2026 à Bouvesse Quirieu

Suivez-nous sur :

[Karateclubvaldesaone](#)

[Karateclubvaldesaone.com](#)

[@Karate_club_val_de_saone](#)

