

## Le Karaté-Club du Val de Saône a fête Noël



Un bel effectif pour la pratique du karaté. Ch.M.

### PONT-DE-VAUX

Près de 70 karatékas, dont une quarantaine d'enfants accompagnés de leurs parents, étaient rassemblés le 17 décembre. À la veille des vacances, le club, que préside Frédéric Vega, a mis à profit ce moment pour réunir de manière festive l'ensemble des licenciés et les familles. La veille a commencé par la présentation des karatékas en tenue. Dominic Vega, ceinture noire 4<sup>e</sup> dan, a alors proposé une présentation de karaté shotokan, discipline pratiquée au sein du Club et, avec l'assistance de Laurent Pena 3<sup>e</sup> dan, effectué sous forme de kata, une démonstration de self-défense. Il a ensuite été procédé à la remise d'un sweat frappé de l'emblème du karaté club du Val de Saône à chacun des participants. L'assistance et les sportifs ont ensuite été conviés à un pot d'amitié autour d'un buffet servi par les bénévoles de l'association. Le Karaté-club du Val de Saône, propose des

cours de karaté shotokan tous les mardis au dojo des Nivres, de 18 h à 19 h pour les enfants à partir de 6 ans et débutants ; de 19 h à 20 h 30 pour les ados, adultes et avancés et de 20 h 30 à 21 h pour les ceintures noires. La formation au karaté shotokan exclu toute compétition et se fait essentiellement à partir de l'apprentissage de techniques et d'exercices au travers de katas. La compétition n'est envisagée que lorsque l'ado ou l'adulte a acquis suffisamment de maîtrise pour une confrontation. Le club compte 12 ceintures noires. Outre Pont-de-Vaux, le karaté club du Val de Saône comporte 2 autres sections l'une à Bâgé, où se situe le siège de l'association, avec des entraînements le mercredi de 16 h 30 à 21 h 30 au centre d'arts martiaux intercommunal. La seconde à Viré où des entraînements ont également lieu le mardi de 18 h à 21 h 30, le jeudi de 19 h à 20 h 30 pour la self-défense. Contact : Frédéric Vega. Tél. 06 12 43 72 87.

PONT-DE-VAUX