

# Karaté. Agen. Passage de grades pour six élèves



Les candidats au grade shodan et nidan. Tous droits réservés. Copie interdite.

Dernièrement, se déroulait, au Bouscat près de Bordeaux, l'examen de passage de grade shodan et nidan (1er et 2e dan).

Le club de karaté d'Agen, sous la supervision d'Anatole Abadia (6e dan), présentait six candidats : Bruno Kieffer, Jean-François Murat et Laurent Rousseau pour l'examen du premier dan et Sylvie de Castro, Anne-Valérie Rousseau (toutes deux professeurs du club) et Christian Vignollet pour le deuxième dan.

Après quelques heures de concentration soutenue et d'exercices spécifiques destinés à juger la technique, la maîtrise et les acquis des candidats, nos trois premiers postulants à la ceinture noire (shodan) obtenaient le sésame tant convoité, tout en étant bien conscients que l'obtention de cette distinction n'est qu'un début et que la route est longue.

Toutefois, le stress de la journée n'était pas complètement estompé car leurs trois camarades passaient en suivant devant les mêmes représentants régionaux de la commission spécialisée des dans et grades équivalents (CSDGE) de la Fédération française de karaté.

Après quelques heures d'examens de nature équivalente mais de niveau plus élevé, ils obtenaient leur nidan (2e dan), le nidan ne peut être présenté par un candidat qu'après deux années de ceinture noire (1er dan) et demande, tout comme pour le shodan, un entraînement physique et technique régulier.

## INSCRIPTIONS

Les examens se déroulent à huis clos, les candidats sont évalués et jugés sur six modules allant, graduellement, des exercices de techniques pures au combat.

Les candidats ont été préparés par Anatole Abadia durant plusieurs années. Il est aidé dans son enseignement par Anne-Valérie Rousseau (DAF) qui dispense des cours aux plus jeunes et aux adolescents du club d'Agen.

Sylvie de Castro (CQP) dispense les cours adultes débutants, cours santé seniors et des cours de body karaté en musique.

Si vous êtes intéressés par le karaté (enfants de 6 ans à 13 ans, adolescents, adultes débutants ou confirmés), le nihon tai jitsu, la self-défense, le karaté senior ou le body karaté, n'hésitez pas à nous contacter au 06 58 96 90 46

Vous pourrez également venir assister aux démonstrations qui auront lieu lors du Grand Pruneau Show, le meilleur accueil vous sera réservé.

# **Karaté. Agen. Passage de grades pour six élèves**