

## KARATÉ SHOTOKAN. Ecole agenaise.



Rendez-vous samedi au dojo.

# Journée copains-copines

Les cours à l'école agenaise de karaté shotokan sont dispensés tous les jours au dojo du Stadium, accès rue Paul-Pons : karaté enfants/ados/adultes/séniors et self-défense sont proposés et accessibles à tous.

Ayant toujours pour objectif l'ouverture, l'accessibilité et la découverte du karaté, EAKS organise la journée des copains/copines le samedi 7 novembre, de 14h à 17h. Vous êtes âgés de 4 à 16 ans, venez découvrir le karaté en toute amitié !

Nous vous rappelons les horaires selon l'âge : de 14h à 15h les 4-6 ans, de 15h à 16h les 7-11 ans et de 16h à 17h les 12-16 ans.

L'enfant ou l'ados qui pratique le karaté verra son trop-plein

d'énergie canalisé au profit d'une action contrôlée qui lui servira dans tous les domaines de la vie. L'enfant timide prendra confiance en lui au fur et à mesure de ses progrès. Ils apprendront ainsi à développer leurs réflexes de défense et à coordonner les mouvements de leur corps. Le karaté permettra également la gestion des émotions et des actions, le respect des règles, le respect de soi et des autres, ainsi que l'esprit d'initiative.

Vous pouvez venir nous rencontrer directement au dojo, vous serez toujours les bienvenus.

**Contact : [www.eaks47.net](http://www.eaks47.net) ou 06 81 95 97 29**