

KARATÉ

Correspondante : Daila MAHADI, © US Créteil Karaté.

PORTES OUVERTES JUILLET 2014

L'US Créteil Karaté a proposé des cours gratuits durant le mois de juillet pour tous les Cristoliens enfants et adultes, hommes et femmes qui souhaitaient rester actifs pendant les vacances et s'initier au Karaté.

Les entraînements avaient lieu au Centre sportif Casalis les mardis et jeudis, de 18h à 19h pour les enfants et de 19h à 20h pour les adultes. Pas besoin de kimono, juste un T-Shirt, une bouteille d'eau, un bas de survêtement et un bon état d'esprit pour profiter des cours gratuits dispensés par les professeurs diplômés d'État de l'US Créteil Karaté.

Nos adhérents, notamment les compétiteurs étaient bien sûr au rendez-vous pour poursuivre les entraînements et préparer les compétitions qui démarrent très tôt dans la saison.

Nos licenciés ont été rejoints par des frères et sœurs, des ami(e)s mais aussi par de nouveaux venus. Certains vêtus de leur kimono, d'autres avec des tenues de sport adaptées mais tous heureux de se retrouver dans une ambiance studieuse et conviviale.

Tous ont pu découvrir le Karaté en s'essayant au travail du kion, du kumite, du kata et du combat libre en fonction de son rythme. L'US Créteil Karaté a ainsi pu présenter son art qui assure un développement harmonieux du corps, permet de s'adapter à des situations inhabituelles, augmente le potentiel physique en développant la souplesse, la force, l'équilibre, favorise la socialisation...

Ce mois en « Porte Ouvertes » est une belle réussite. Il a permis à l'US Créteil Karaté d'enregistrer dès la rentrée de septembre des inscriptions supplémentaires.

BROC'SPORTS 2014

Comme chaque année, l'US Créteil Karaté participe à la Broc'sport. Pour cette nouvelle rentrée, l'US Créteil Karaté était présent le 07

septembre au Palais des Sports avec les autres associations pour présenter son activité, renseigner les Cristoliens venus nombreux et enregistrer des inscriptions. Nous avons également fait une démonstration à 12h30 durant laquelle les visiteurs ont pu découvrir les différentes formes de travail du Karaté.



Un grand merci aux courageux petits et grands qui ont repris l'entraînement avant l'heure pour préparer cette belle démon-

stration et ce jour de fête. Moment important pour représenter le club. Un grand merci également à tous les membres du bureau, aux professeurs et aux adhérents pour leur aide précieuse.



TOUT CRÉTEIL EN SPORT

Nous étions également présents à « Tout Créteil en Sport », sur la base de loisirs le 28 Septembre de 11h00 à 18h00 et chacun et chacune a pu s'essayer à la pratique du Karaté en nous rejoignant sur le tatami.



Retrouvez-nous et partagez notre actualité sur notre site www.uscreteilkarate.com mais aussi sur Facebook, Google + et Youtube.