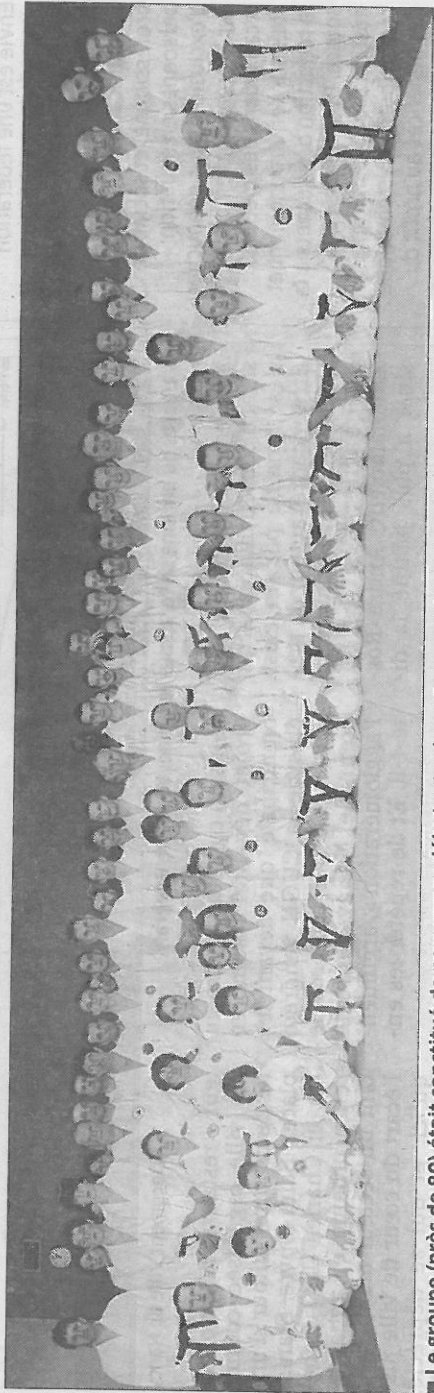


Vie sportive Un stage était organisé par le Karaté club Nancéien.

Défense avec le karaté



■ Le groupe (près de 80) était constitué de personnes débutantes jusqu'aux pratiquants très confirmés (5e dan).

Le stage de karaté défense qui s'est déroulé au gymnase Chopin de Nancy, organisé par le Karaté Club Nancéien était dirigé par Philippe Pézeril, 5e dan expert régional, assisté d'Eric Fruminet 4e dan membre de l'encadrement du club. Près de 80 stagiaires venus des clubs Lorrains mais aussi de Franche-Comté, Alsace, Meuse, les Ardennes... ont répondu présent, sans oublier Pascal Fleurant, 5e

dan, directeur technique de ligue adjoint, et Pascal André 5e dan, directeur départemental.

Essentiellement axé sur la défense personnelle avec comme support d'application le karaté, le programme de ce stage a pleinement conquis les participants. Il s'est déroulé dans une excellente ambiance, ce qui a engendré de très bons échanges entre stagiaires d'écoles ou de clubs différents. Les techni-

ques démontrées étaient accessibles à tous, en appliquant au fur et à mesure du cours une constante graduation technique, en fonction de l'acquis du stagiaire. Ainsi, chacun a pu appliquer les thèmes démontrés à son niveau, afin de ressentir réellement la dangerosité d'une éventuelle agression.

Le discours a été en adéquation permanente avec les thèmes proposés, un point primordial.

Le prochain stage est d'ores et déjà très attendu et se déroulera durant le premier trimestre 2011.

Le karaté-Club Nancéien est toujours ouvert à ceux qui souhaiteraient découvrir cet art martial. Les entraînements ont lieu les lundis de 18h à 20h et les jeudis de 19h à 20h 30, au gymnase Chopin, 45 rue Emile-Bertin à Nancy.

Informations sur www.karateclubnancetein.com.