

## Saint-Nicolas-de-Port : stage de karaté pour progresser



Le Karaté-Club de Saint-Nicolas-de-Port met à profit toutes les vacances ou week-end, dès que l'occasion se présente pour organiser des stages pour ses jeunes adhérents, dans le but d'effectuer un travail intensif. « C'est la bonne solution pour progresser, explique Sébastien Uhring. Ces stages permettent une bonne qualité de travail ainsi que beaucoup de temps passé sur les tatamis ». Une vingtaine d'enfants sont venus à la salle de la Charrue, ce week-end, pour se dépenser et profiter des conseils dispensés par leurs éducateurs.

Au programme, technique et jeux ont permis de canaliser beaucoup d'énergie au cours de ces quelques heures de travail. Les jeunes adhérents du club mais aussi quelques enfants non adhérents ont pu s'amuser à différents jeux de ballons, d'adresse et endurants. Les animateurs, Laëtitia et Sébastien, confirment cet après-midi virevoltant : « Nous n'avons pas vu passer les 3 heures 30 de stage, les enfants ont pu s'épanouir tout en écoutant et respectant les consignes. Ce fut un stage apprécié de tous. Beaucoup d'entre eux nous ont demandé quand aurait lieu le prochain ».

Le staff technique pense pouvoir proposer une session d'une semaine entière. Elle devrait se dérouler début août lors des vacances estivales.