

空  
手  
道

# 5 BONNES RAISONS D'INSCRIRE VOTRE ENFANT AU KARATE

空  
手  
道

## ACTIVITE PHYSIQUE ET LUDIQUE

Après une journée d'école, les enfants ont besoin de se défouler. Pour éviter les tablettes et smartphones, et lutter contre l'obésité, le karaté est une activité physique complète et encadrée en toute sécurité.

## VITESSE, AGILITE ET EQUILIBRE

Idéal pour qu'ils prennent conscience de leur corps, la motricité et la latéralité des mouvements permettent aux enfants de développer leurs capacités physiques de manière équilibrée..



## LA DISCIPLINE

Le karaté fait naître un sens unique de la discipline qui vient de l'intérieur et se reporte sur tous les aspects de la vie

## SOCIALISATION

Entraide, confiance en soi et aux autres, transmission, considéré comme un sport individuel, le karaté est en fait une discipline basée sur l'importance du partenaire et du travail d'équipe.

## MEMOIRE ET ATTENTION

L'apprentissage des arts martiaux aiguisent les capacités d'attention et de mémorisation des enfants.

Les katas sont un excellent outil pour développer le mental et le corps tout en apprenant à se repérer dans l'espace.

