

LE CLUB PUILBOREAU

• Quelques dates •

- Déc. 1982** : Création du club KCP.
1983/1984 : Le club compte 46 licenciés dont 15 enfants.
1985/1986 : Début de la construction du Dojo de La Tourtillère.
1986/1987 : L'effectif augmente à 30 enfants.
1991/1992 : Spectacle des 10 ans du club.
1998/1999 : Le club compte 99 licenciés dont **12 ceintures noires**.
1999/2000 : Le KCP est classé 2ème club du département et 4ème club de la ligue Poitou-charentes. Il compte désormais plus de 110 Licenciés.
2000/2001 : Le professeur est reçu à son **3ème Dan**. Stage à Puilboreau avec Sensei Osaka, 7ème Dan.
2001/2002 : Spectacle des **20 ans du club**.
2003/2005 : 29 ceintures noires formées au club

Depuis 2005: Une centaine de licenciés et de nouvelles ceintures noires formées tous les ans



HORAIRES DES COURS

• Mardi •

enfants :
18h45 à 19h45

adultes et ados :
19h45 à 20h45 ➤ blanches à oranges
20h45 à 21h45 ➤ vertes à noires

• Jeudi •

Cours vitalité « 60 à 75 ans »
17h à 18h

Semaine impaire cours adapté
18h à 19h45

Semaine paire cours compétitions
18h à 19h45

Cours gradés

19h45 à 21h15 ➤ vertes à noires

• Vendredi •

enfants et débutants :
18h45 à 19h45

adultes et ados :
19h45 à 21h45 ➤ blanches à noires

• Inscriptions •

aux horaires de cours.



• Localisation du Dojo •

Cadre agréable à 10min de La Rochelle
Après la zone commerciale Beaulieu
Entrez dans Puilboreau
Suivre « centre sportif La Tourtillère »
Parking du fond
Au bout de l'allée
Salle « Arts Martiaux »

Impression ARTEMIS Services, Place de l'Église à Puilboreau 05 46 67 21 56

KARATE

CLUB PUILBOREAU

Depuis 1982



Centre sportif
La Tourtillère
17138 Puilboreau



空手道

Le Président

✉ Lucien.texier47@orange.fr
☎ 06 67 16 27 37
☎ 05 46 67 25 29
☎ 06 88 15 09 24

Puilboreau
entre ville & campagne

L'ENCADREMENT

Jean-Philippe TARNIER

3ème Dan
Karate Shotokan
23 ans d'expérience
Directeur technique
Diplôme d'Instructeur
Fédéral (DIF) n°10086



ADJOINTS DIPLÔMÉS

Didier HIROU
2ème Dan – DIF

Jérôme RAFFIN
2ème Dan – DAF

Eric ABELLARD
2ème Dan – DIF

Antonello CONTU
2ème Dan – DIF



le directeur technique entouré
de quelques ceintures noires

LA DISCIPLINE



Funakoshi

Historique

Né à Okinawa, **Maître Gichin Funakoshi** (1868–1957) fut initié dès son plus jeune âge aux Arts Martiaux traditionnels de son île (dont les origines et les influences sont très anciennes et diverses, notamment chinoises). O'Sensei Gichin Funakoshi est

le fondateur du **Karaté Shotokan** et est considéré comme « **le père du Karaté moderne** » du fait de ses talents de pédagogue et de ses efforts pour développer le Karaté au **Japon**, puis, par extension, dans le monde entier. Nous lui devons vers 1930 les termes de Kara-te (main vide) puis de Karaté-do (do = voie de l'accomplissement de soi) conférant à son Art une dimension supérieure à celle d'une simple méthode de combat.

Le Club propose les différentes facettes de l'entraînement au Karate-do Shotokan :

• Karate Traditionnel •

- **Kihon**..... (apprentissage technique)
- **Kata**..... (séquences de gestes codifiés)
- **Bunkai**..... (applications des kata)
- **Kumite conventionnel**..... (approche du combat)
- **Karate-jitsu**..... (self-défense)

• Karate Compétition •

Compétition Kata
et/ou
Compétition Combat

Féminin et Masculin

- Nombreux podiums chaque saison -
- Plusieurs champions régionaux -
- Qualifications championnat de France -



• Karate Enfants •

A partir de 8 ans

- Initiation au Karate Traditionnel -
- Compétitions -
- Activités ludiques -

