

Karaté puilboreau-St Xandre

★ « A l'école de humilité »

Le club de karaté de Puilboreau existe depuis 1982, il est parfaitement ancré dans le paysage de la commune. Pour le président Dominique CHOSSON, en poste depuis 4 ans « c'est une histoire de famille », où des enfants de 6 ans côtoient plus grands et adultes, dont le doyen âgé de 75 ans. Une rencontre intergénérationnelle, quel que soit son niveau, débutant ou confirmé, où chacun a sa place et évolue dans sa différence. Ainsi, le club assure un cours de karaté adapté pour des jeunes adultes en situation de handicap.

« La pierre angulaire de cette famille ce sont les bénévoles ». Ils composent le bureau et assurent les cours à 100%. Aussi, les 6 professeurs disposent de diplômes d'animateur fédéral ou d'instructeur fédéral, ne leur permettant d'exercer qu'à titre de bénévoles. Il s'agit là d'un choix politique et éclairé du club, qui met l'accent sur les formations dont il assure le financement et sur les stages de perfectionnement.

Le club compte 100 à 130 adhérents en fonction des saisons dont un tiers sont des femmes, et dispense 9 cours par semaine dont 2 sur la commune de St Xandre. Chaque année, environ 70 à 80% des adhérents renouvellent leur adhésion, ce qui reflète l'attachement des membres au club.

Sur le plan de la discipline, le cœur du métier c'est le karaté traditionnel dit Shotokan, qui est le style le plus répandu en France et dans le monde. Mais le club a aussi choisi de diversifier ces enseignements en innovant l'an passé avec un cours de karaté défense training, c'est-à-dire orienté sur le self défense et le cardio.

Le karaté est à l'image d'une fusée à 3 étages, le premier constitue le travail du corps, le second celui du mental, tandis que le troisième est l'aboutissement,



c'est à dire ce que l'on vit dans l'instant, qui procure une véritable ressource et tend vers l'unité du corps et de l'esprit. Cet épanouissement intérieur trouve sa légitimité dans les valeurs traditionnelles du karaté que sont l'éthique et le respect. « C'est une école de labeur, d'assiduité et d'humilité, car on n'a jamais fini d'apprendre », qui nécessite un engagement « on empreinte des voies escarpées qui conduisent à cette humilité ».

Du point de vue des résultats, sur un plan départemental et régional les podiums sont systématiques et régulièrement plusieurs compétiteurs sont sélectionnés au niveau national. Pour autant, le club fait le choix de ne pas systématiquement les faire participer à ce niveau de compétition, estimant qu'il faudrait pouvoir au moins leur octroyer 4 entraînements par semaine pour les préparer suffisamment à ce type de championnat.



★ Cours enfants/jeunes



★ Cours adultes

En savoir +

Adhésions (tarif dégressif pour les familles)

130 € adulte
120 € enfant
90 € défense training
75 € karaté adapté

Renseignements :

sur place au club sur le site de la Tourtillière par téléphone
au 06 50 68 68 73 sur internet :
kcpuilboreau.net

