

## G- Karate bij Dai Nippon

Vanaf 9 januari 2012 gaan we starten met “ De Karatestaars”

Elke maandag van 18u30 tot 19u30 voor iedereen met een beperking.

De lessen gaan door in de Sporthal Otttoy, Walleken 1 Denderleeuw.

De lesgevers zijn Bloso- gediplomeerden en hebben ervaring met het lesgeven aan personen met beperkingen en staan onder leiding van Demesmaeker François Trainer A.

Wat is G-karate of “De Ka(rate)staars”?

Onterecht denkt men dat mensen met een beperking geen gevechtssport kunnen beoefenen, niets is minder waar. Als club hebben we reeds enkele jaren ervaring met deze vaak vergeten groep en we hebben er steeds goed resultaat bij. Het ligt ook in de bedoeling om “de ka (rate) staars” in contact te brengen met de andere karateka om het sociaal contact te bevorderen. Het zelfvertrouwen van de persoon in kwestie zal verhogen, waardoor men zich emotioneel beter zal voelen, op deze manier bereiken we met één uurtje karate een toenemende ontplooiing op verschillende levensdomeinen.

Wij willen personen met een beperking maar ook deze zonder beperking de kans bieden om zich op alle gebieden van de menselijke ontwikkeling te ontplooien zodat ze leren samenwerken, leren omgaan met elkaar, kunnen leren van elkaar,... en hun sociale ontwikkeling zal enkel kunnen groeien.

Het verloop van een training is als volgt:

aangepaste opwarming, aanleren van de aangepaste technieken, aanleren van oefeningen met partner, aanleren van oefeningen die thuis kunnen getraind worden( kata)

Waarom karate?

Gevechtssporten hebben in het algemeen een zeer strakke discipline en een enorm respect voor de medemens.

Je leert een vorm van zelfverdediging

Je oefent je lichaam en ook mentaal wordt je sterker.

Je leert heel wat andere mensen kennen en mee samenwerken.

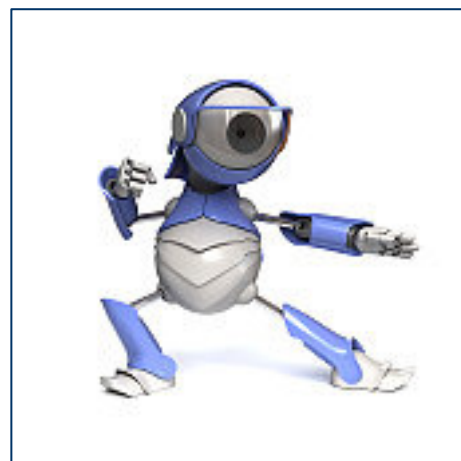
Je verruimt je eigen inzicht.

Je wordt lid van een grote karateclub en federatie.

Interesse?

Kom eens testen om te zien of je in aanmerking komt om karate aan te leren op maandagavond 12 december van 18u30 tot 19u30. Opgelet we beperken ( ook wij hebben onze beperkingen) ons tot 10 deelnemers om mee te starten.

Vanaf januari 2012 gaan we echt van start met de Karatestaars. De prijs is per jaar 80€ (lidgeld en verzekering bij de Vlaamse Karate Federatie) en je maakt deel uit van een zeer grote karatefamilie.



Neem contact op met ons op het nr 053-661872 of 0486-751129

Bezoek onze site Dai Nippon of e-mail ons: [karate.dai.nippon@scarlet.be](mailto:karate.dai.nippon@scarlet.be)

Het bestuur karateclub  
Demesmaeker François