

LA MONTAGNE

Pour découvrir les valeurs du karaté

- [Cusset](#)

Publié le 04/09/2013



En septembre, le club propose, au mois de septembre, de venir se familiariser avec ce sport et ses valeurs. © Rollet BÃ?Â©nÃ?Â©dicte

Dès le 9 septembre, les karatékas cussétois renfilent les kimonos et nouent les nouvelles ceintures pour reprendre les entraînements.

Le club de karaté-do de Cusset ouvre ses cours dès 5 ans, et offre un kimono pour toute nouvelle adhésion d'un enfant de 5 ou 6 ans.

Un mois d'essai est offert tout le mois de septembre, pour venir se familiariser avec ce sport et ses valeurs.

Les inscriptions et les renseignements peuvent être pris aux jours et heures d'entraînement ou par téléphone au 06.79.16.84.36 ou 06.74.32.80.62.

Les entraînements : lundi, de 18 h 30 à 19 h 30, karaté enfants-ados ; de 19 h 30 à 20 h 30, karaté adultes et self-défense ; de 20 h 30 à 22 heures, body karaté.

Mardi, de 20 h 30 à 22 heures, karaté adultes.

Mercredi, de 16 heures à 17 heures, baby karaté ; de 17 heures à 18 heures, cours débutants ; de 18 heures à 19 heures, cours combat compétiteurs.

Jeudi, de 21 heures à 22 h 30, Qi-Cong ; de 20 h 30 à 22 heures, body karaté.

Vendredi, de 17 h 30 à 18 h 30, karaté enfants-ados ; de 20 h 30 à 22 heures, karaté adultes.