

PARENTS ET ENFANTS RECHARGENT LEURS BATTERIES



Tous les samedis matins de 10 h 15 à 11 h 15, c'est l'heure de baby-éveil à la salle de la charrue. Sébastien et Joël 2 des animateurs de KC (Karaté club) Saint-Nicolas- de-Port se sont attelés à la tâche depuis début septembre, date de la reprise de la section. Le club propose, tout au long de l'année, des activités qui contribuent au développement et à l'épanouissement des petits. 22 enfants inscrits cette année sont partagés en 2 groupes. Ces cours, très pédagogiques, s'adressent à des minots de 3 à 5 ans. « Les séances d'éveil corporel et relaxation ludique permettent à l'enfant, d'expérimenter l'état de bien-être et de développer sa force intérieure. Elle se réalise dans un climat de jeu pour capter et garder leur attention », confie l'animateur. Sébastien Uhring est ceinture noire 4e dan de Karaté et encadre les séances baby-éveil. Fort de l'obtention de son diplôme d'instructeur fédéral en juin 2012, Joël Lebas, le second animateur des babys est ceinture noire de karaté et encadre aujourd'hui la jeune section en compagnie de Sébastien.

« En parallèle, les mères de famille peuvent s'occuper d'elles. En effet, une séance de zumba a lieu dans les mêmes temps au complexe sportif Alexandre-Belleville », souligne Sébastien Uhring. En conclusion, c'est une heure par semaine où parents et enfants rechargent les batteries en famille. Contact : sebastien@karate-stnicolas.fr