

ZANSHIN KARATE VISE

Centure noire 1er Dan

Tom Charlier et **Ozan Turkoglu** ont obtenu avec brio leur **ceinture noire** devant la commission des grades du groupe francophone de karaté.

Le passage de la ceinture noire est une étape importante dans la pratique du karaté. Les élèves qui veulent obtenir ce premier niveau, doivent posséder diverses qualités indispensables.

Pratiquant le karaté dès l'âge de 5 ans, ils ont été évalués suivant trois critères importants.

- **Ghi** : la technique : des positions et des postures correctes.

- **Tai** : le corps : qui est à la base de tout ce qui touche à l'équilibre, la souplesse, l'énergie et l'efficacité.

- **Shin** : le mental : a-t-il l'attitude mentale de respect et de bienveillance qui marque sa capacité à faire bon usage de son karaté.

A l'époque du tout, tout de suite et de la championnate aiguë, le club ainsi que notre moniteur Philippe Lognoul, félicite **Tom** et **Ozan** pour leur assiduité et leur investissement sur le long terme qui une des valeurs véhiculées par l'art martial.

Zanshin Karaté Visé : Hall Omnisports de Visé (cours spécifiques enfants - adultes). Renseignements : 0496 37 48 80.