

## LA SOURCE

# Il est possible de devenir karatéka dès l'âge de 4 ans

**Soixante-dix jeunes du quartier pratiquent le karaté avec l'ASPTT à partir de 4 ans. Ils commencent la compétition à 6 ans.**

Marc Fontorbe, professeur de karaté à la section de l'ASPTT Orléans, entraîne des jeunes et des adultes à l'espace Olympe-de-Gouges mais il insiste sur la discipline : « C'est la base. Si des jeunes n'y adhèrent pas, ils ne reviennent plus car ils n'aiment pas être dirigés. De même, si des parents ne sont pas contents de la discipline, je ne garde pas leurs enfants. Par contre, tous nos jeunes sont gentils mais ils ont besoin de bouger ».

Pourtant, au début de chaque saison, un tiers des jeunes ne reviennent pas : « Nous le constatons dans tous nos clubs et dans différents sports. Pourtant, nous n'avons pas augmenté le prix depuis plusieurs années soit 135 €, qui comprend la licence, l'assurance et la cotisation. Nous gardons cependant un noyau dur de 40 jeunes », précise le professeur.

Les parents sont satisfaits de cette rigueur :

« C'est une école de la vie et une très bonne éducation pour nos jeunes. Aujourd'hui, cette discipline n'existe presque plus », commente l'un des parents.

Chaque soir, les entraînements durent environ une heure et, dès l'âge de quatre ans, les enfants acquièrent déjà les bases de ce art martial, « sous forme de jeux pour rendre les séances ludiques, en apprenant à bloquer un coup, donner un coup de poing et un coup de pied, mais ils doivent contrôler absolument leurs gestes pour éviter les contacts avec leurs camarades, sinon par une simple touche », ajoute Marc Fontorbe.

La compétition commence à l'âge de 6 ans et déjà 25 enfants veulent y participer. Pour leur première participation, ils ont un adversaire mais ils sont protégés avec un plastron, un casque, des gants et des genouillères. Le but est de montrer les bases qu'ils ont acquises : « Cette année, sept jeunes vont tenter d'obtenir la ceinture noire, et ils sont très motivés ». ■



**ENTRAÎNEMENT.** Les jeunes apprennent les bases de cet art martial.