



L'ADVERSAIRE EST MON AMI

ffkarate.fr



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

REJOIGNEZ LE CÔTÉ ZEN DE LA FORCE

Une pratique adaptée aux enfants ! Le Karaté est un art martial et un sport de combat originaire du Japon, qui consiste en l'utilisation de techniques à la fois offensives et défensives faisant appel à toutes les parties du corps : mains, pieds, etc.



En compétition, il est pratiqué à travers deux formes à la fois distinctes mais complémentaires : le kata et le combat. Le Karaté est vecteur de plusieurs valeurs, rassemblées dans un code moral, telles que le respect, le contrôle de soi, le courage ou encore la sincérité.

À travers le karaté, le jeune pratiquant peut développer dès l'âge de 3 ans ("baby karaté") ses facultés motrices, d'éveil et de concentration qui lui permettront de canaliser son énergie, d'accroître ses réflexes et sa confiance en lui. Cette pratique, sans risques, s'oriente avant tout vers la satisfaction personnelle de l'enfant grâce aux méthodes pédagogiques adaptées.

La Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées compte plus de 260 000 licenciés, répartis dans 5 000 clubs à travers l'ensemble du territoire. Être licencié à la Fédération, c'est pouvoir découvrir, pratiquer et s'épanouir dans une ou plusieurs activités proposées dans les clubs affiliés de la FFK : Karaté, Wushu, Arts Martiaux Vietnamiens, Krav-Maga, Yoseikan Budo, Arts Martiaux du Sud-Est Asiatique....

REJOIGNEZ NOTRE CLUB



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ