

## Comment débiter ?

### **Tout le monde peut-il faire du karaté ?**

Dès 4 ans et sans limite d'âge, le Karaté est un sport pour tous, qui peut être commencé à n'importe quelle période de la vie. Un simple certificat médical récent (daté de moins de 60 jours) permet l'établissement de la licence sportive. Tous les médecins généralistes sont habilités à le délivrer après auscultation.

### **Combien cela va coûter (licence, club, assurance, vêtements) ?**

La licence sportive coûte à peine plus de 30 €, assurance comprise. L'abonnement à un club est d'un coût variable, selon le club. Le kimono, quant à lui coûte entre 15 et 50 €.

### **Où mon enfant peut-il faire du karaté ?**

Vous pouvez faire une recherche par département ou par ville dans la section «Club» du site Internet : <http://www.ffkama.fr>.

### **Combien de temps de cours par semaine faut-il ?**

Pour les enfants débutants en bas âge, des séances de 45mn sont adaptées à leur motricité et leur permet de se développer. Ensuite, la séance peut passer à une heure. Dans le cadre de passage de grade ou de compétition, le nombre de séances peut monter à trois par semaine.

### **Mon enfant est-il assuré ?**

L'établissement de la licence permet de bénéficier de l'assurance responsabilité civile très complète souscrite par la Fédération auprès de AXA par l'intermédiaire de MARSH SA. Une assurance « accident corporel » complémentaire est disponible.

### **Les professeurs sont-ils qualifiés ?**

Passionnés et compétents, les enseignants sont tous diplômés par la Fédération, remplissant ainsi les conditions légales régissant l'enseignement sur le territoire français. Ce diplôme est d'ailleurs affiché dans le Dojo.

### **Un sport de combat, est-ce une bonne activité physique pour mon enfant ?**

Le Karaté, en tant qu'activité sportive, entre pleinement dans la catégorie des sports éducatifs et sportifs. Le Karaté et les arts martiaux affinitaires ont un plus pour les enfants de par la maîtrise des techniques qu'ils vont pratiquer : l'apprentissage du contrôle des poings et des pieds, une latéralité bien travaillée et la maîtrise des coups. C'est la motricité générale qui sera renforcée.

### **Un art martial, y-a-t-il des risques ?**

Les arts martiaux sont pratiqués depuis longtemps et considérés comme une excellente activité sportive. De plus, l'attention du professeur (titulaire d'un brevet de secourisme), le respect entre les pratiquants, le port de protections étudiées et des normes de sécurité strictes assurent une sécurité optimale.

### **Un art martial, n'est-ce pas un peu trop difficile pour mon enfant ?**

Le Karaté, comme tout sport, doit divertir et enseigner. La difficulté autant physique que théorique est adaptée aux enfants. Ainsi les parcours, cerceaux, ballons, ou encore les bâtons matelassés sont autant d'éléments qui permettent à l'enseignant de progressivement faire passer des notions techniques et morales. Ces règles de comportement sont tout aussi importantes que l'aspect physique : le respect de son partenaire d'entraînement en tant qu'aide dans la progression, les liens de confiance et de respect réciproques sont des valeurs que l'enfant utilisera toute sa vie.