

Alain Espinasse obtient son 2ème Dan



Alain Espinasse obtient son 2ème Dan

En 2010, Alain disait :

J'ai eu la chance exceptionnelle de rencontrer Henri, le professeur du Budo Shotokan Karaté Club, chance que je souhaite à beaucoup d'autres. Une remise dans l'axe, corrections des techniques, des katas, à chaque fois il m'a expliqué en détail le pourquoi des choses, avec lui, j'ai compris ce que je faisais, il m'a vraiment mis sur la voie du Karaté-Do.

Et depuis que de chemin parcouru par Alain !

Obtention de sa ceinture 1er Dan en Décembre 2012, réussite à son examen d'Animateur Fédéral (DAF) en Février 2016, ce qui lui permet d'enseigner, et, tout récemment, son 2ème Dan lors de la session d'examen à Montauban, le 22 décembre dernier.

Une réussite d'autant plus méritante pour lui qui, vu son travail, ne peut assister aux entraînements qu'une fois par semaine.

Une grande reconnaissance à Henri qui, là encore, bénévolement, en particulier en dehors des cours, a continué à le former, l'accompagner, l'encourager.

Une illustration parfaite de ce proverbe chinois : « **ne craint pas d'avancer lentement, crains seulement de t'arrêter.** » Félicitations à Alain... et aussi à Henri !

Les ceintures de karaté

karatéka.

Les grades sont représentés par la couleur de la ceinture (appelée aussi obi) que porte le

Les grades : les Kyu et les Dan

Le système des grades et des

titres qui accompagnent, de nos jours, la progression du pratiquant, a été introduit à la fin du XIXème siècle. Il se divise en deux catégories :

Les **Kyu** : pour les élèves qui sont dans les premiers niveaux de la progression.

Les kyu ou grade inférieur sont donc en ordre décroissant, on débute au 9ème kyu avec une ceinture blanche, cette couleur marque l'innocence et c'est la première ceinture portée par un karatéka pour arriver au 1er avec une ceinture marron.

Les **Dan** : pour les pratiquants

ayant une expertise jusqu'à une maîtrise. Allant en ordre croissant, le "dan" (段 : étape, niveau, grade) indique la progression après l'obtention de la ceinture marron (1er kyu), soit du 1er au 10ème dan.

Le dan est **symbolisé par le port d'une ceinture noire** et il est

décerné lors d'un examen fédéral



KARATE Alain Espinase ter.jpg