

Le nihon tai jitsu s'ouvre aux enfants



Lors de la fête du sport, le nihon tai jitsu a séduit les enfants.

Le club de nihon tai jitsu vole de ses propres ailes depuis quelques mois maintenant. Lors de la fête du sport du 13 septembre dernier, organisée par le comité des sports de [Valleroy](#), les enfants ont découvert et apprécié cette discipline martiale qui étudie l'autodéfense. Les dirigeants du club ont donc, en raison d'une forte demande, décidé d'ouvrir une section pour les enfants de 8 à 13 ans.

Les entraînements auront lieu le samedi matin de 9h30 à 10h30 au dojo de la salle des sports vallerésienne. Bien sûr, la progression des enfants diffère de celle des adultes. Les clés de poignet ne sont pas étudiées ainsi que certaines formes d'attaque et de défense dangereuses. Quelques katas très simples pouvant se pratiquer seul ou à deux ont été mises en place, de même qu'une forme jouée, baptisée le "combat des samourais". A partir de 14 ans, les adolescents peuvent être intégrés au cours des grands sans problème. Le nihon tai jitsu est une discipline sans danger dans laquelle le jeune adepte trouvera une source d'enrichissement et améliorera ses qualités naturelles.

Deux cours d'essai sont proposés gratuitement Contact : 03 82 20 04 47 ou ntj.[valleroy@gmail.com](mailto:ntj.valleroy@gmail.com)