

Karate

SELF-DÉFENSE POUR ENFANTS

Hall omnisport d'Ohey



- Apprendre à se défendre et à prendre confiance en soi.
- Sport sain et utile
- Progression individuelle chacun selon ses moyens
- Préparation au cours de karate de rue du cours adultes
- Apprentissage du respect des autres et de la discipline.
- Mélange de karate et de diverses techniques de self-défense.
- Travail de l'équilibre et de la coordination des mouvements
- Contrôle des techniques et de son énergie.
- L'essayer c'est l'adopter.
- Enfants : (6 à 12 ans) vendredi de 19h00 à 20h00
- Deux cours d'essai gratuits

**RENSEIGNEMENTS :**

0485/36.69.08 (de 17 à 18h00)

Prix avantageux pour toute inscription avant le 30 septembre**AIDE À LA PLANTATION DE HAIES INDIGÈNES EN ZONE AGRICOLE**

« La haie... sujet qui a déjà fait couler beaucoup d'encre et dont on parle et parlera encore ! Elle intéresse les agronomes et les scientifiques par les rôles multiples qu'elle joue en agriculture et en conservation de la biodiversité. Elle nous concerne tous, en tant qu'élément de notre cadre de vie : elle fait partie de notre environnement visuel... mais aussi auditif, par le chant des oiseaux qu'elle abrite... et olfactif, par les parfums de ses fleurs. Elle a une valeur affective indéniable, puisqu'elle fait partie d'un patrimoine culturel qui nous est essentiel : nos paysages. » (Des haies pour demain - C. Percsy - SPW, 2008).

En effet, la haie présente bien des avantages tant au niveau agricole qu'environnemental. Elle protège le bétail des intempéries, crée un effet brise-vent favorable aux cultures, permet de lutter efficacement contre l'érosion des sols et les inondations, permet l'intégration paysagère des bâtiments, participe au maintien de notre faune et de notre flore, elle représente également une ressource énergétique non négligeable.

Pour ces différentes raisons, le GAL Pays des tiges et chavées encourage la plantation de haies indigènes en zone agricole sur son territoire en proposant des plants de haie indigènes gratuits pour des haies allant de 10 à 500m.

**INTÉRESSÉ DE PLANTER UNE HAIE INDIGÈNE EN ZONE AGRICOLE SUR LES COMMUNES D'ASSESE, DE GESVES ET D'OHEY?**

Téléchargez le bon de commande et les conditions relatives à l'action sur le site du GAL : www.tiges-chavees.be, complétez ce bon de commande et envoyez-le par mail ou par courrier pour le 15 octobre 2013 au plus tard.

- GAL Pays des tiges et chavées asbl
9, rue de la Pichelotte
5340 Gesves
tel : 083/670 347 - Valérie Grandjean
grandjean.leader@skynet.be

Votre demande sera analysée et vous recevrez ensuite confirmation de votre commande.

Venez chercher votre commande le samedi 23 novembre, lors de la Journée de l'Arbre de la Commune de Gesves.