

# Секция каратэ Кекусинкай

принимает **детей с пяти лет, а также подростков** для занятий одним из самых популярных восточных единоборств. Тренировки проводятся по отработанной системе, включают в себя **комплекс боевых упражнений, приемов самообороны и растяжку**. Занятия этим видом спорта физически укрепляют и закаляют ребят. Воспитанники секции учатся дисциплине, находят себе хороших друзей. Они участвуют в **соревнованиях по каратэ**, включая чемпионаты Квебека и Канады.

Занятия ведет

**Михаил Цимерман,**

**черный пояс, первый дан, многократный победитель чемпионатов Канады и США, один из сильнейших на чемпионатах Европы 2001-2007 годов.**

