

Le karaté, une école de vie

LE IPPON KARATÉ CLUB TIVOLI DE LANCY NE cesse de confirmer sa place parmi les références incontournables du karaté genevois et même de Suisse. Plus qu'un simple club sportif, il incarne un véritable lieu d'apprentissage et de partage, ouvert à toutes les générations. Pratiquer le karaté, c'est bien plus que donner des coups de poing ou de pied. Cette discipline complète agit positivement sur de nombreux aspects. Sur le plan physique, elle améliore l'endurance, la coordination et la souplesse. Sur le plan mental, elle développe la concentration, la maîtrise de soi et la persévérance. À cela s'ajoute une dimension sociale essentielle: s'entraîner régulièrement en groupe favorise les échanges et le respect mutuel. Autant de qualités qui renforcent également la confiance en soi. Le Ippon Karaté Club Tivoli se distingue aussi par la qualité de son enseignement. Encadrés par des instructeurs certifiés "Jeunesse & Sports", les élèves bénéficient d'un suivi rigoureux dans une ambiance à la fois exigeante et bienveillante. Cette approche porte ses

fruits, notamment au sein de son équipe de compétition. Les résultats récents témoignent de nos succès: lors du tournoi des jeunes espoirs à Orbe, le club a largement dominé le classement des médailles, confirmant sa supériorité au niveau Romand. Plus récemment encore, le week-end du 2 mai 2026, Rafael Carvalho Pereira a décroché une remarquable première place à l'EuroCup en Autriche, illustrant le niveau d'excellence atteint par les athlètes du club.

Le karaté, une discipline pour toute la famille

Autre phénomène encourageant: le karaté séduit désormais toute la famille. Il n'est pas rare de voir des parents rejoindre les tatamis après avoir assisté aux entraînements de leurs enfants. Une dynamique qui renforce encore l'esprit convivial et intergénérationnel du club. Accessible à tous, quel que soit l'âge ou le niveau, le karaté offre ainsi une activité régulière et enrichissante. À l'approche de la rentrée d'août 2026, le Ippon Karaté Club Tivoli invite toutes les

personnes intéressées à venir découvrir cette discipline et à rejoindre ses rangs. Que ce soit pour se dépenser, se dépasser ou simplement partager un moment sportif de qualité, chacun pourra y trouver sa place.

Ippon Karaté Club Tivoli

15, chemin du Fief-de-Chapitre
1213 Petit-Lancy
Longagna@infomaniak.ch
www.karatetivoli.ch



Rafael Carvalho Pereira, médaille d'or à l'EuroCup d'Autriche.



Karaté

L'ART MARTIAL PAR EXCELLENCE

Formation des enfants, adultes et champion-nés!

Pré-Karaté 6-7 ans mercredi 15h30-16h20	Enfants débutants dès 8 ans mardi 17h30-18h30 ou mercredi 16h30-17h30	Adultes débutants mardi & jeudi 19h00-20h30
--	--	--

IPPON **KARATE CLUB** TIVOLI

f i y KARATETIVOLI.CH reprise des cours le lundi 24 août 2026