



Taekwondo news

Septembre 2015

<http://taekwondo-gagny-michel-aholou.blogspot.fr>



9 septembre 2015
Rentrée pour tous

oct-novembre
Championnat combats 93

nov-décembre
Championnat combats IDF

6 décembre
**Téléthon - démonstration
du Taekwondo à l'Aréna**

16 décembre
**Tournoi de Noël
pour les enfants de la section**

janvier 2016
Galette des rois

janvier-février
**Passage de grade ceinture noire
1^{er} Dan fédéral**

juin
**Passage de grades
de la section**

fin juin
**Fin de
saison**



A retenir dès à présent

FORUM DES ASSOCIATIONS

Remise de récompenses

Le forum des associations se tiendra le 5 et 6 septembre à l'Arena.

Le samedi, à partir de 18h15, M. le Maire et le service des sports remettront des récompenses aux gagnants des championnats combats et techniques.

Pour cette année ce seront **Salah-Din, Bastien, Ayman et Fadi**.



Les compétiteurs combats et techniques (de g. à d.) : Salah-Din, Sacha, Bastien, Mouad, Ayman et Fadi
www.youtube.com/user/USMGtaekwondo

Reprise des cours



Les cours de taekwondo reprennent le

Mercredi 9 septembre 2015

Gymnase A. Mimoun – Chemin de l'Etang, Gagny

- 19h00 pour les enfants
- 20h00 pour les adolescents et adultes

Horaires des cours

Enfants (7-12 ans)

Lundi, mercredi, vendredi : 19h00 à 20h00

Adolescents et adultes (+12 ans)

Lundi, mercredi, vendredi : 20h00 à 21h45

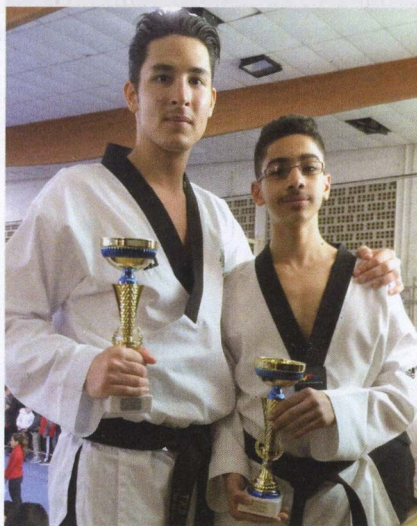
Les cours du vendredi sont réservés aux gradés pour la compétition technique et combats.

Les nouveaux adhérents peuvent s'inscrire au gymnase avant le début des cours en fonction des places disponibles. L'âge minimum pour la pratique sportive est de 7 ans (sous réserve d'aptitude physique).

EN BREF

Championnat régional (IDF) Poomsae

Cette saison, Bastien Rasson (22 ans) et Ayman Rouass (14 ans) ont participé au Championnat Ile-de-France Poomsae (technique). Tous les deux ont occupé respectivement la 3^e marche du podium en catégorie senior et junior. Ils ont été qualifiés pour le Championnat de France. Toutes nos félicitations à nos deux compétiteurs.

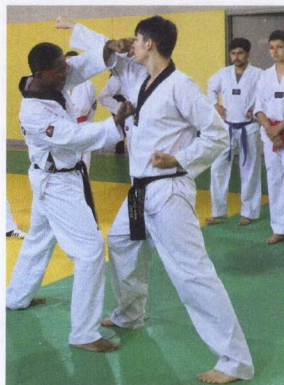


Recyclage de l'équipement de combat

Suite au succès de la bourse au matériel de la saison passée, nous vous proposons à nouveau de venir revendre votre équipement de combat dont vous ne vous servez plus, Le mercredi **30 septembre à 18h45**. Pour plus d'informations contactez : Claudine 06 52 62 26 97 usmg.taekwondo@gmail.com



STAGES TECHNIQUES DU 93



Pour la saison 2015/16, Me Michel Aholou continuera d'animer une fois par mois des stages de techniques dites traditionnelles.

Gratuits, ces stages sont destinés aux licenciés du 93 qui souhaitent travailler davantage les Kibonnes (techniques fondamentales), les poomsaes (combats solitaires imaginaires), améliorer et perfectionner des techniques défensives en Hochin Soul (self-défense) et en Hanbon Kyorugui (combats conventionnels).

Les dates de ces stages seront communiquées en octobre sur le blog de la section.



ZOOM SUR

Ayman Rouass



Ayman intégra la section Taekwondo à l'âge de 6 ans pour ne plus la quitter jusqu'à ce jour.

Comme tout jeune de son âge, Ayman était d'abord très attiré par l'aspect combat sportif du taekwondo. A deux reprises, il a été sacré champion départemental - en 2011 à Clichy et en 2014 à Epinay - et une fois médaillé de bronze en 2015 au championnat régional IDF.

Pour être plus complet dans l'apprentissage du taekwondo, il commença à s'intéresser à la pratique régulière des techniques traditionnelles. En 2014, à l'Open technique de Bondy, pour sa première participation en compétition Poomsae, en individuel il monta sur la plus haute marche en décrochant la médaille d'or et en équipe avec Fadi Laaziz et Jade Galard il gagna la médaille d'argent.

En septembre 2014, il est sélectionné pour intégrer le CRAHN (l'équipe technique régionale représentant la Ligue Ile-de-France dans les compétitions techniques nationales et internationales). Avec cette équipe, il participe à l'Open de Belgique où il finit 5^e et au Tournoi International de Paris où il termine à la 8^e place. Au Championnat régional de Poomsae, il occupa la 3^e marche du podium. Cette place lui permit d'être sélectionné pour le Championnat de France à Auxerre en mai 2015.

En février 2015, à l'âge de 14 ans, il passe son 1^{er} Dan auprès de la Fédération Française de Taekwondo (FFTDA).

Très studieux, respectueux et humble, Ayman représente un modèle pour les jeunes de la section.



Pour plus d'informations, de photos et de vidéos – <http://taekwondo-gagny-michel-aholou.blogspot.fr>

©USMG Taekwondo – Présidente Claudine Putz – Directeur technique Michel Aholou – Pour tout renseignement 01 48 08 73 36