



Taekwondo news

Septembre 2016

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

EN BREF

FORUM DES ASSOCIATIONS

Remise de récompenses

Le forum des associations se tiendra le samedi 10 septembre à l'Arena. A partir de 18h15 M. le Maire et le service des sports remettront des récompenses aux gagnants des championnats combats et techniques.

Cette année seront récompensés Ayman Rouass, Axel Fontrel, Brandon Delgado, Jonathan Nzombo et Fadi Laaziz.

Recyclage de l'équipement de combat

Suite au succès de la bourse au matériel des deux saisons passées, nous vous proposons à nouveau de venir revendre votre équipement de combat dont vous ne vous servez plus le :

mercredi 28 septembre à 18h45



Pour plus d'informations contactez : Claudine 06 52 62 26 97



REPRISE DES COURS

Mercredi 7 septembre

Gymnase A. Mimoun
Chemin de l'Etang, Gagny

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



Horaires des cours

Enfants (à partir de 7 ans)

Lundi, mercredi, vendredi : 19h00 à 20h00

Adolescents et adultes

Lundi, mercredi, vendredi : 20h00 à 21h45

Les cours du vendredi sont réservés à la compétition technique et combat

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

Quels sont les objectifs que nous visons à travers la pratique du Taekwondo au sein de notre section ?

A l'USMG, nous pratiquons le Taekwondo sous sa forme sportive et sous sa forme traditionnelle.

Dans nos cours nous conduisons les jeunes à mobiliser leur énergie pour réaliser des exercices de reproduction de techniques martiales (kibonne, poomsé, hanbon kyorugi) et de joutes sportives. A travers la réalisation de ces activités nous recherchons le développement des habilités, la coordination gestuelle, la combativité, la capacité de concentration, le respect de soi et d'autrui et la discipline.

Se forger physiquement et mentalement, perfectionner et maîtriser les



techniques martiales, avoir le contrôle de soi dans des situations difficiles ou imprévues et la confiance en soi sont les objectifs généraux que nous poursuivons à travers les exercices proposés aux adultes.



BILAN DE LA SAISON 2015-16

Championnat de France Poomsé

Ayman Rouass (junior) a été sacré Vice-Champion de France par équipe.

Bastien Rasson (senior 1) a été finaliste. Il a terminé à la 7^e place sur 21 participants dans sa catégorie.



Championnat Départemental Combats

Fadi Laaziz (cadet) – médaille d'argent

Ayman Rouass (junior) – médaille d'argent

Axel Fontrel et **Jonathan Nzombo** (seniors) – médailles de bronze



Challenge Poomsé Ile-de-France



Pour leur première participation à une compétition technique, **Brandon Delgado** (senior 1) est monté sur la 1^{ère} marche du podium et **Axel Fontrel** (senior 1) sur la deuxième.

Fadi Laaziz (cadet) a terminé 3^e dans sa catégorie.

Mention spéciale à **Mouad Jaljoul** (benjamin) qui a aussi terminé 1^{er} dans sa catégorie après avoir exécuté le 4^e poomsé sans faute et avec beaucoup d'assurance.



Pour revoir les compétitions : www.youtube.com/user/USMGtaekwondo

ANIMATIONS SECTION

Pour conduire progressivement les plus jeunes à s'intéresser aux compétitions sportives, en interne nous leurs avons organisé :

- un tournoi combats de Noël
- un tournoi poomsé de Pâques

A la fin des 2 manifestations des médailles et des coupes ont été attribuées aux participants et un pot a été offert aux adhérents et à leurs parents et amis.



PASSAGE DE GRADES

Plus d'une vingtaine de jeunes ont passé leur grade en juin. Au cours de l'examen, ils ont reproduit des techniques de base (kibonne), des combats solitaires et imaginaires (poomsé), et ils ont réalisé des combats conventionnels (hanbon kyorugui) et des combats sportifs.

Cet examen de grades a été suivi du traditionnel pot de fin d'année auquel étaient conviés tous les pratiquants et leurs familles.

Les photos peuvent être téléchargées sur le blog de la section.





ZOOM SUR...

Maître Michel Aholou

7^E DAN DE TAEKWONDO

FONDATEUR DE L'USMG TAEKWONDO



Le 2 juillet 2016 Maître Michel Aholou, fondateur de la section USMG Taekwondo et directeur technique du Comité Départemental Taekwondo de la Seine-Saint-Denis (CDT 93) a passé avec succès son grade de ceinture noire 7^e Dan auprès de la Fédération Française de Taekwondo et Disciplines Associés (FFTDA). Il fait partie du groupe très restreint des hauts-gradés français du Taekwondo.

GRADES ET DIPLÔMES OBTENUS DANS LE DOMAINE SPORTIF

- Ceinture noire 7^e Dan de Taekwondo
- Ceinture noire 2^e Dan de Karaté Shotokan
- Maîtrise en Management du Sport
- Diplôme DEJEPS
- Diplôme de BEES 1^{er} degré
- Diplôme d'instructeur fédéral de Karaté (FFKTAMA)
- Juge technique FFTDA
- Juge passage de grade FFTDA

Stages techniques du 93

Pour la saison 2016/17, Me Michel Aholou continuera d'animer une fois par mois des stages de techniques dites traditionnelles. Tous les pratiquants motivés pour préparer et réussir leurs épreuves de grades fédéraux ou améliorer leurs connaissances techniques sont invités à y participer.



Promouvoir le Taekwondo reste un des objectifs prioritaires de Maître Aholou. De 1987 jusqu'à ce jour, il a formé plus d'une quarantaine de ceintures noires. Certains de ses élèves devenus professeurs perpétuent l'enseignement du Taekwondo au sein de leur club, d'autres devenus cadres fédéraux contribuent au développement de cet art martial sur le plan national.

Au niveau départemental, au cours de chaque saison sportive, il anime bénévolement une fois par mois des stages techniques traditionnels qui conduisent les licenciés du comité départemental Taekwondo 93 à mieux préparer et réussir leur examen de ceinture noire. Participer à ces stages permet aux juges des passages de grades de réactualiser leurs connaissances techniques et d'améliorer leurs compétences d'évaluateur d'épreuves techniques d'examen de grades fédéraux. Chaque saison, la section USMG Taekwondo fondée par Michel

Aholou accueille des hauts gradés en quête de connaissances et de perfectionnements techniques.

Les cours proposés aux enfants par Maître Michel Aholou sont essentiellement basés sur la pratique des techniques traditionnelles de base et du combat sportif. Il utilise l'enseignement de ces techniques et de cette forme sportive du Taekwondo pour véhiculer auprès de ce public les valeurs sportives, martiales et morales et pour assurer leur éducation.

L'approfondissement, le perfectionnement et la maîtrise des techniques de base avec leurs variantes et formes dérivées pour les rendre efficaces d'une part en situation de défense et d'autre part dans les épreuves sportives sont généralement les buts visés à travers ses cours destinés aux adultes.



Me Aholou intervenant pour le stage préparatoire pour le grade de 2^e au 4^e Dan.



Séminaire des Hauts-Gradés 2016 – Me Aholou avec Me Kwon Hyngham, 8^e Dan, Professeur à l'Université de Keimyng, Corée



Me Aholou avec Me Kyu Hyung Lee, 9^e Dan, Professeur à l'Université de Keimyng, Corée

NOS RÉSULTATS AUX PASSAGES DE GRADES NATIONAUX 2015-16



Michel Aholou – 7^e Dan (juillet 2016)

En terme de résultats aux examens de passages de grades nationaux, la saison sportive 2015-16 a été exceptionnelle.

En effet, Maître Michel Aholou a réussi son grade de 7^e Dan et nous avons eu 100% de réussite pour les candidats présentés aux examens de grades des ceintures noires 1^{er} et 2^e Dan.

Bravo à :

- Carole Geslin (major de promo en juin), Axel Fontrel (major de promo en février) et Bandon Delgado qui ont passé avec succès leur 2^e Dan.
- Claudine Putz (major de promo), Fadi Laaziz et Jonathan Nzombo qui ont passé leur 1^{er} Dan en juin.



Carole Geslin – 2^e Dan (major de promo session juin 2016)



Axel Fontrel – 2^e Dan (major de promo session de janvier 2016)



Brandon Delgado – 2^e Dan



Claudine Putz – 1^{er} Dan (major de promo session juin 2016)



Fadi Laaziz – 1^{er} Dan



Jonathan Nzombo – 1^{er} Dan



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