



Taekwondo news

Septembre 2019

www.taekwondo-gagny.com

EDITO

Chers amis,



Nous avons bien fini la saison sportive 2018–2019 comme nous l'avions commencée. Outre les différents titres sportifs obtenus par nos jeunes athlètes au niveau départemental et régional en compétitions combat et poomsae, deux des nôtres sont devenus experts

en Taekwondo en réussissant avec brio leur examen fédéral de grade de 3^e Dan.

J'ai aussi le plaisir de vous annoncer que pour les saisons sportives 2019 à 2021, l'USMG Taekwondo vient d'obtenir pour la deuxième fois consécutive le «label 2 étoiles» décerné par la FFTDA. Quelque part, cette récompense tant méritée reste bien sûr une illustration de la bonne gestion du club, des compétences techniques et pédagogiques de Maître Michel Aholou mais aussi du fort engagement de tous les ceintures noires qui œuvrent bénévolement pour le développement de notre section.

Avec ce label, nous bénéficierons durant deux ans de divers privilèges accordés par la FFTDA aux clubs labellisés. Nos licenciés pourront participer à des stages et compétitions labellisés et recevront des dons d'articles ou d'équipements sportifs, etc.

Pour cette nouvelle saison qui démarre, nous aurons encore de nouveaux défis à relever : participer aux différentes compétitions techniques et combats pour gagner et monter sur les marches des podiums, passer et réussir comme major les examens de grades fédéraux et surtout développer de nouvelles compétences techniques et comportementales qui devront conduire chacun de nous tous vers l'épanouissement sportif, martial et professionnel.

Je vous souhaite à vous tous une bonne reprise !

Claudine Putz

Présidente USMG Taekwondo



Reprise des cours

Lundi 9 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 : 19h00 à 20h00

Adolescents et adultes

Lundi, mercredi, jeudi vendredi : 20h00 à 21h45

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).

Nos ambitions pour 2020

A travers des situations pédagogiques tirées des aspects principaux du Taekwondo (techniques de base, poomsae, combats conventionnels et combats libres) et du combat sportif, nous allons conduire nos licenciés à maîtriser :

- des techniques de self-défense leur permettant de développer la confiance, l'estime et le contrôle de soi,
- des compétences comportementales telles que la rigueur, la curiosité, la persévérance, la gestion du stress, la prise de recul, la capacité d'adaptation et le travail en équipe favorisant chez les jeunes la réussite scolaire et pour les adultes la réussite professionnelle.



GRADES FÉDÉRAUX

DE NOUVEAUX EXPERTS À L'USMG TAEKWONDO

Trois pratiquants ont réussi avec brio leur passage de grade fédérale de ceinture noire : Fadi Laaziz pour le 2^e Dan et Axel Fontrel et Brandon Delgado pour le 3^e Dan. Cette belle réussite témoigne de leur pratique rigoureuse des différents aspects du Taekwondo martial et sportif. Ainsi notre section prend du volume avec 2 nouveaux experts de 3^e Dan qui rejoignent nos hauts gradés du 4^e au 7^e Dan.



De gauche à droite : Maître Michel Aholou (7^e Dan), les nouveaux experts Brandon Delgado (3^e Dan) et Axel Fontrel (3^e Dan), Maître Angelvin (7^e Dan, juge technique international)

STAGES TECHNIQUES

Au cours de cette saison nous organiserons à destination des débutants et des gradés des stages de :

- self-défense
- pomsae
- approfondissement et perfectionnement des techniques du Taekwondo traditionnel



Préparation de la relève

Nous avons commencé à familiariser des jeunes aux compétitions techniques. Mouad Jaljoul, Ethan Jacques, Kiran-Sing Domur, Said Belabbas, Faizan Hafiz et Inaya Belajel ont ainsi participé au Challenge pomsae. Pour la 3^e année consécutive, Mouad a été champion du challenge dans sa catégorie. Pour leur première participation à ce type de compétition,



De gauche à droite : Mouad, Inaya, Faizan, Kiran-Sing, Said, Maître Michel Aholou et Bastien

Kiran-Sing et Faizan ont remporté la médaille de bronze.

Mouad et Said ont également participé au Trophée Fair-Play Île-de-France. Mouad a réédité l'exploit en s'emparant de la médaille d'or. Suite à une erreur commise dans le diagramme du pomsae, Said a perdu de justesse bien que techniquement son niveau était au-dessus du lot.

Participer à une compétition technique est un vrai défi : il faut être détaché du regard très observateur des juges et des spectateurs, avoir la capacité de gérer son stress pour éviter de faire des erreurs techniques, avoir une rigueur mentale et technique, de la puissance et la détermination dans l'exécution des blocages et des attaques, contrôler son équilibre, sa stabilité et son rythme respiratoire.

Bravo à cette jeune équipe qui aura un avenir très prometteur si elle continue dans cette voie.



Remise des récompenses à la Mairie de Gagny

Le 27 septembre à partir de 18h30, M. le Maire et le service des sports remettront des récompenses aux sportifs ayant fait des podiums lors des championnats.

Cette année seront récompensés pour leur performance en combats:

- Ibrahim Dembelé (champion IDF et CDT93)
- Fadi Laaziz (2^e au CDT93)
- Axel Fontrel (3^e au CDT93)



Remise des récompenses en 2018 – de gauche à droite : Arnaud, Brandon, Ayman, Axel, Fadi et Mouad

Pour plus d'informations, photos et vidéos : www.taekwondo-gagny.com
Présidente : Claudine Putz – Directeur technique : Michel Aholou
Pour tout renseignement : 06 52 62 26 97 – ©USMG Taekwondo 2019