

SALON - TAEKWONDO

La barre des 100 licenciés approche



Le club salonais organisera en 2013 la Coupe des Minots, annulée cette année

Profitant de l'effet JO où le taekwondo français a obtenu deux médailles, le club Provence sport taekwondo a vu ses effectifs augmenter de 40% depuis la rentrée, ce qui le fait se rapprocher du seuil symbolique des 100 licenciés. «C'est aussi grâce au travail des bénévoles et des enseignants qui fidélisent leurs adhérents et encouragent de nouvelles personnes à rejoindre le club», indique le président Benoît Contensuzas. Cette saison, le club salonais a mis en place trois nouveaux cours hebdomadaires à desti-

nation des plus jeunes et des pratiquants en quête de perfectionnement. Car si la pratique loisirs reste dominante, le club prépare les licenciés aux compétitions. Le volet formation sera encore l'un des axes de travail des prochains mois. Après l'obtention de la ceinture noire 2ème dan de Sébastien Laty et de la 1ère dan d'Hugo Casas, deux nouvelles ceintures noires 2ème dan devraient être obtenues. Rayon organisation, le club devrait enfin voir la concrétisation de ses efforts pour la tenue d'une grande compéti-

tion. La Coupe des Minots, qui avait été reportée en 2012, devrait avoir lieu en 2013 et serait parrainée par un membre de l'équipe de France. Une année chargée donc, qui pourrait l'être encore plus si l'association arrive à dispenser des cours dans d'autres villes du pays salonais où la demande est importante. «Certaines personnes font 20 km pour venir à nos cours, explique Benoît Contensuzas. On pourrait leur permettre de pratiquer près de chez eux.»

AV

SALON - TAEKWONDO

Provence Sport Taekwondo lance des cours pour les jeunes enfants



Une partie du groupe baby avec des enfants de 3 à 6 ans

De nombreux clubs salonais s'ouvrent aux jeunes enfants en proposant une section «baby». Le Provence Sport Taekwondo a décidé de s'y mettre suite à une demande de parents. Un créneau a été mis en place le samedi matin de 11h à 11h45. «Cet horaire a été choisi car il est idéal pour les enfants et leurs pa-

rents, indique Benoît Contensuzas, le président du club. Cela permet aux enfants de pouvoir pratiquer une discipline sportive adaptée pour eux. La durée de 45 minutes permet de les avoir concentrés, ils assimilent ainsi plus vite les connaissances que nous leur apportons.» Ouvert aux enfants âgés entre

3 et 6 ans, les cours ont immédiatement rencontré le succès avec 8 inscriptions dès le premier rendez-vous. «Nous limitons à 10 le nombre d'enfants pour privilégier la qualité de l'enseignement», précise le président qui fait aussi office de professeur.

Une pratique ludique et éducative

Mais que font-ils pendant les cours? «C'est une pratique surtout ludique et éducative. Nous proposons des échauffements qui permettent de développer proprioception, équilibre et coordination. On y intègre des techniques spécifiques au taekwondo.»

Les enfants auront sans doute l'occasion de montrer leur savoir-faire dès le 14 avril prochain pour la Coupe des Minots que le club organisera dans la Halle Pierre de Coubertin.

Le baby taekwondo sera reconduit la saison prochaine avec priorité aux personnes déjà inscrites.

AV