

TAEKWONDO

HAPKIDO VALVERT



LE CLUB DE VALVERT



Créé en 1996 par Maître Alain PIRODEAU :
6e Dan TKD - 3e Dan HPKD - Instructeur Fédéral - BEES 1 - DEJEPS
Responsable sportif de la Ligue Nouvelle Aquitaine

Le club compte actuellement plus de 240 licenciés tous niveaux confondus et un nombre croissant de ceintures noires.

1er club de taekwondo de la Vienne (86) et du Poitou-Charentes pour son nombre de licenciés, nous sommes labellisés 4 étoiles pour la quatrième fois par la FFTDA en récompense de notre engagement sur les compétitions, l'arbitrage, la formation et l'évolution de nos pratiquants.

Outre le taekwondo, notre club enseigne :

- **L'HAPKIDO** : Cet Art martial coréen comprend un grand panel de techniques dynamiques : Respiration, contrôle des articulations immobilisation, percussion pieds poings sur les points vitaux, projection et balayage, chute.
- **LE TAEK FIT** : Mélange de taekwondo et de fitness, avec initiation à la self défense
- **LA SELF DEFENSE** : Ce cours spécifique, est un condensé des meilleures techniques issues de l'Hapkido et du Ho Shin Soul (self défense enseignée dans les cours de taekwondo)

Les cours dispensés sur les communes de **Beaumont, Dissay, Naintré et Saint-Georges-lès-Baillargeaux** offrent différents créneaux permettant à chacun de trouver son rythme et de s'épanouir dans sa pratique.

Les cours sont ouverts à tout public à **partir de 4 ans**.

Notre club a également une approche sportive du taekwondo en participant à de nombreuses compétitions combat ou technique. Depuis sa création, notre club a remporté de très nombreuses médailles dans les compétitions régionales, nationales et internationales.

Le mieux est de venir en profitant de nos 2 cours d'essai gratuits !



태권도

LE TAEKWONDO

"LA VOIE DES PIEDS ET DES POINGS"

Originaire de Corée, cet art martial permet d'acquérir une force d'épanouissement et de cultiver un esprit d'ouverture.

Pratiquer le Taekwondo, c'est rechercher en permanence un équilibre personnel pour vivre en harmonie avec son environnement.

C'est aussi un sport moderne devenu sport olympique en 2000 aux jeux de Sydney.



L'histoire du Taekwondo moderne :

Le Taekwondo, l'avènement d'un art martial devenu sport olympique.



L'esprit du Taekwondo puise son énergie dans l'histoire de la Corée. Prise en étau entre deux grandes puissances, la Chine et le Japon, la Corée a toujours réussi à survivre et s'imposer. L'esprit et la volonté d'exister de son peuple se sont exprimés dans le mouvement de la noblesse coréenne, appelé « le Hwarang-do » ou « Chevalier de la fleur ». L'idéal de ce mouvement est fondé sur la recherche de la beauté, de l'harmonie et de l'épanouissement.

L'esprit du Taekwondo est l'expression des différences entre les pays asiatiques. Il dépasse l'idée d'un art martial statique fondé sur le sacrifice en opposition au Bushido japonais. Ce code des Samouraïs jurait fidélité et sacrifice de leur vie à leur seigneur ("Hara Kiri"). L'esprit du Taekwondo est une force d'épanouissement de l'individu, capable d'assimiler la tradition avec des idées modernes comme l'Esprit Olympique.



UN CODE D'HONNEUR fondé sur des valeurs historiques

L'histoire du Taekwondo est intimement liée à celle de la Corée. Au VIe siècle, le mouvement «Hwarangdo», école de pensée réservée aux aristocrates, étudie les arts martiaux et le bouddhisme. Codifié dans les années cinquante en Corée, l'enseignement du Taekwondo s'inspire de ce mouvement. Le Taekwondo évolue sur des bases solides mêlant tradition et modernité.

Ces valeurs font la force de notre sport.

Fair-Play : "C'est accepter loyalement les règles"

Humilité : "C'est reconnaître ses limites et ses capacités en faisant preuve de modestie.

Loyauté : "C'est être fidèle à ses engagements, au respect des règles de l'honneur et à la probité.

Maîtrise de soi : "C'est savoir se dominer, contrôler ses émotions."

Persévérance : "C'est faire preuve d'opiniâtreté, de constance, de ténacité, d'acharnement."

Respect : "C'est accorder à quelqu'un de la considération en raison de la valeur qu'on lui reconnaît. Il consiste à ne pas vexer, blesser moralement une personne."

겸손 - 충의 - 자제력 - 인내 - 존경



LE TAEGEUKGI

« le drapeau »

Le Taegeukgi se compose d'un fond blanc, d'un cercle de taegeuk rouge et bleu au centre et de quatre trigrammes noirs (collectivement appelés geongongamri), un dans chaque coin du drapeau.



Le fond blanc représente la luminosité, la pureté et la paix, des qualités qui sont très appréciées par les gens. Le taegeuk, qui a longtemps été un motif couramment utilisé, désigne l'harmonie entre les forces cosmiques négatives (yin : partie bleue) et les forces cosmiques positives (yang : partie rouge), dépeignant la vérité de la nature que toutes les choses sont créées et évoluent grâce à l'interaction du yin et du yang.

Les quatre trigrammes noirs sont des représentations spécifiques du mouvement et de l'harmonie de ces forces. En détail, le geon symbolise le ciel, le gon la terre, l'eau gam et le feu ri. Ensemble, ils créent une harmonie autour de la marque taegeuk.

Le drapeau Taegeukgi incarne la vision du peuple coréen qui, comme l'univers, recherche une création et un enrichissement continu. En défendant l'esprit et la signification des Taegeukgi, le peuple cherche à réaliser l'unité et l'unification et à contribuer au bonheur et à la paix de l'humanité.



LES PAL GWE

Les Pal Gwe ou les 8 trigrammes symbolisent chacun un aspect de la nature.

Ces principes guident l'apprentissage du KEUP à travers les 8 TAE GEUG POUmse!

LE SAM TAE GEUG

Tous les voyageurs en Corée trouveront dans les temples, sur les plans de métros, ... un symbole typiquement coréen : le SAM TAE GEUG ! Il symbolise une conception ternaire (thèse, antithèse, synthèse) assez proche de celle de l'occident.

Le bleu, le rouge, le jaune ont chacun un sens et se retrouvent sur les très belles tenues traditionnelles de Corée.

Les pratiquants noteront que les couleurs de ceintures adultes se calent sur cette organisation :

10e KEUP : le blanc soit l'origine

9e au 7e KEUP : le jaune

6e au 4e KEUP : le bleu

3e au 1er KEUP : le rouge.



Après ce parcours initiatique le pratiquant devient YOU DAN JA et porte la ceinture noire symbole de connaissance.



LE TAEKWONDO

« les formes de pratiques »

LE COMBAT

Activité d'opposition face à un adversaire en utilisant des techniques de pieds et de poings et de stratégies d'attaque et de défense. C'est la forme de pratique présentée aux Jeux Olympiques. Le port des protections permet de pratiquer en toute sécurité. Les compétitions de combat sont possibles dès 4 ans.

LES PROTECTIONS POUR LE COMBAT



LA TECHNIQUE TRADITIONNELLE : POOMSAE

Un poomsae est un combat codifié contre plusieurs adversaires imaginaires utilisant des mouvements et des positions de base : coup de pieds, coups de poings, blocages. Pour prétendre passer la ceinture noire, il faut en connaître 8.

HO SHIN SOUL

Ensemble de techniques de self-défense : clefs, balayages, projection, contrôle articulaire. Il est utilisé contre des attaques ou des saisies. Le Ho Shin Soul complète la pratique du Taekwondo.



LE TAEK FIT

C'est un cocktail de taekwondo et de fitness en musique. Il permet de libérer l'énergie, de maintenir de la forme physique, travail cardio et renforcement musculaire. C'est ainsi un moyen de comprendre l'intérêt des techniques et d'accompagner progressivement les pratiquants



2 cours
d'essai



BEAUMONT

DOJO
Rue Haute
86490 Beaumont

NAINTRE

Salle Léo Lagrange
Rue Gustave Courbet
86530 Naintre

DISSAY



Dojo - Salle Galipeau
Rue du Parc
86130 Dissay

ST GEORGES



Complexe sportif
Les Sablières
86130 Saint-Georges-lès-Baillargeaux

4 salles
dans
la Vienne



valverttkd@gmail.com

Maître Alain Pirodeau
06 19 02 90 05

LES ENSEIGNANTS



Maître Alain PIRODEAU

6e Dan TKD
3e Dan HPKD
Instructeur Fédéral
BEES 1 - DEJEPS



Sandra BELAVOIR

3^e DAN TKD
DIF
QF Body Taekwondo



Damien SERRAZ

4e DAN TKD
2e DAN HPKD
DIF



Béatrice BAUMLER

3^e DAN TKD
DIF

