

L'image du Karaté au service de votre société avec :



# L'équipe Karaté de l'ASPTT Lille

*VENEZ SOUTENIR NOS EQUIPES ET NOS OBJECTIFS: ALLER DE L'AVANT ET  
PROGRESSER ENSEMBLE.*

Pour plus d'informations  
Veuillez contacter  
Benjamin LACHAMBRE (06 03 35 80 90)  
Ou Alexandre PAVY (06 84 77 06 20)

## **SOMMAIRE**

L'ASPTT Lille Section Karaté : historique et descriptif	Page 3
Direction technique	Page 4
Présentation : Kata, Kumité et Kata Artistique	Page 5
Les objectifs et les besoins	Page 6
<b>KATA</b>	<b>Pages 7 à 10</b>
1. Equipe féminine Junior-Sénior	Page 7
2. Equipe féminine Junior-Sénior	Page 8
3. Equipe masculine « Espoirs » Minime-Cadet	Page 9
3. Equipe masculine Junior-Sénior	Page 10
<b>KUMITE</b>	<b>Pages 11 à 13</b>
1. Equipe féminine	Page 11
2. Equipe masculine	Page 12
3. Individuel	Page 13
<b>KATA ARTISTIQUE</b>	<b>Page 14</b>
1. Individuel Junior	Page 14

## **L'ASPTT Lille - Section Karaté**

### **Descriptif :**

- Association type 1901, section sportive Karaté
- Nombre d'adhérents : de façon exponentielle, le club ASPTT Lille Section Karaté compte plus de 250 adhérents, divisés en 4 catégories : enfants, adolescents, adultes et compétiteurs.
- Challenge des Enfants : une fois par an, le club ASPTT Lille organise la Rencontre Régionale la plus importante de Karaté pour enfants, à Lille : le Tournoi des Flandres.

### **Lieux d'entraînement :**

- 1/ Gymnase Palais Saint Sauveur de Lille (Avenue Kennedy, 59800 Lille)
- 2/ Gymnase Municipal de Templemars (Rue des Rouges Barres 59175 Templemars)
- 3/ Stage d'été d'une semaine au Bois de Boulogne de Lille dans un premier temps, et sur la côte d'Opale dans un second temps
- 4/ De nombreux déplacements et rencontres dans la partie Nord de la France et en Belgique

### **Horaires d'entraînement :**

- Cours ados/adultes :  
Lundi de 19H à 20H30  
Mardi de 19H à 20H30  
Jeudi de 18.30 à 20.45 ( 2 cours)
- Cours enfants :  
Mercredi de 16H45 à 18H  
Samedi de 13H30 à 16H
- Cours compétiteurs :  
Vendredi de 19H30 à 21H
- Cours Kata Artistique :  
Mercredi de 18H30 à 20H30  
Samedi de 17H00 à 19H00

### **PALMARES :**

- 120 ceintures Noires formées au club, dont un 4ème dan, six 3ème dan et douze 2ème dan
- 5 Internationaux formés par le Club
- 12 Vainqueurs de la Coupe de France
- de nombreux résultats au niveau Départemental, Régional et Interrégional
- de nombreux arbitres et juges nationaux et régionaux formés par le Club

## Direction technique

# VERFAILLIE Bruno

### 4<sup>e</sup> Dan

42 ans, pratique depuis 1978

Arbitre international Kumite

Arbitre National Kata

Responsable de l'arbitrage Inter région (France – Nord)

Responsable de l'arbitrage pour la Ligue Flandres Artois FFKAMA



En compagnie de Mr LELONG Jean-Louis (Fondateur de l'ASPTT Karaté)

## Les objectifs et les besoins

### Evénements pour la saison 2003/2004 :

- |   |             |
|---|-------------|
| • Démonstration « Vital sport » à Décathlon Campus              | Septembre   |
| • Coupe de Ligue  | Octobre     |
| • Coupe de France à Paris                                       | Novembre    |
| • Championnat de Ligue Nord – Pas de Calais                     | Janvier     |
| • Championnat de France à Paris                                 | Mars        |
| • Challenge des Enfants Tournoi des Flandres                    | 30 Novembre |
| • Coupe de France zone Nord                                     | Mai         |
| • Démonstration des « arts martiaux » à Lille Palais St Sauveur | Mai         |

### Les besoins :

- Partenaires pour l'achat d'une ligne de survêtement pour l'ensemble des compétiteurs
- Partenaires pour l'achat d'un sol d'entraînement type tatami
- Partenaires pour accroître la dynamique du Tournoi des Flandres (Enfants)



*LE KARATE : UN SPORT NE LAISSANT JAMAIS LE PUBLIC INDIFFERENT.*

## Présentation

### Le Karaté :

Le KARATE-DO est un art martial japonais originaire de l'île d'OKINAWA, ainsi dénommée par Maître Gichin FUNAKOSHI en 1920 qui souhaitait l'élever au rang des autres Arts martiaux traditionnels japonais.

Plus qu'un sport, un Art, une self défense, une philosophie, le karaté est une école.

KARATE DO signifie:  
"KARA" vide; et "TE" main. Enfin, "DO" la voie.  
(Originellement : mains de chine)  
La voie de la main vide, sans arme.

Le KARATE-DO est une technique de combat à mains nues qui entretient et développe les facultés physiques et mentales de l'individu.

### Qu'est ce que le KATA ?

Séquence de mouvements pré arrangés, ensemble de techniques de défenses, d'attaques et de contre-attaques, suivant un schéma de déplacement précis et un ordre plus ou moins complexe, simulant un véritable combat entre plusieurs adversaires survenant de plusieurs directions. On exécute un Kata seul. Le Kata, qui a été défini par les anciens Maîtres de Karaté, et qui ont tous au moins 100 ans d'âge, est un recueil des techniques traditionnelles, à la fois dictionnaire et grammaire, qui sont indispensables pour progresser dans le véritable art martial, bien au-delà de la présentation sportive qui leur est donnée aujourd'hui. Chaque style possède ses Kata, mais souvent leurs origines se rejoignent au XIXème siècle : on dit que ce sont les "formes-mères" d'un style et que leur survie est précieuse sous peine de ne plus faire un jour qu'une pale imitation de ce qu'était autrefois le véritable Karaté de combat. Le style Shotokan possède 26 Kata.

### Qu'est ce que le Kumite ?

Il s'agit d'assauts conventionnels.

Le Kumite est une autre approche du Karaté, complémentaire du Kata, car tous deux enseignent le combat réel. Sa pratique permet de comprendre et d'apprécier les subtilités des bases. Elle les dépouille de tout ornement esthétique, spectaculaire pour se concentrer essentiellement sur les techniques fondamentales.

Dans un combat véritable, celui qui place la première attaque efficace l'emporte, car il faut venir à bout de son adversaire le plus rapidement possible, tout en montrant une habileté réelle pour déjouer ses attaques. C'est pourquoi le travail du Kumite doit être simple.

### Qu'est ce que le Kata artistique ?

Création d'un enchaînement technique basé sur des techniques traditionnelles de KARATE. Il se démontre sur fond musical et développe des capacités d'adresse, de tonicité, d'explosivité. Il nécessite une pratique régulière d'une forme traditionnelle en parallèle.

## Equipe Féminine KATA

Catégorie : JUNIOR-SENIOR

### Palmarès Collectif :

- 1<sup>ère</sup> place aux Championnats de Ligue Nord - Pas de calais Janvier 2003
- 1 tour aux Championnats de France Mars 2003
- 2<sup>ème</sup> place aux Championnats de ligue Nord – Pas de calais Janvier 2004



### Palmarès individuel :

Malika TAUBIRA	Maëlle MIERE	Cindy CAUDRELIER
1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1993 3 <sup>e</sup> championnat de France Junior Kumite De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1997 De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1993 De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France

## Equipe Féminine KATA

Catégorie : JUNIOR-SENIOR

### Palmares Collectif :

- 2<sup>ème</sup> place aux Championnats de Ligue Nord - Pas de calais Janvier 2003
- 1 tour aux Championnats de France Mars 2003



### Palmarès individuel :

Anne LIAGRE	Rebecca MARTIN	Sarah MORCRETTE
1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1999 5 <sup>ème</sup> individuel Kata Junior au champ rég. 2004 De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1988 De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1990 3 <sup>ème</sup> individuel Kata Senior au champ rég. 2004 De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France

## Equipe Masculine KATA

Catégorie : « ESPOIR » MINIME-CADET

### Palmares Collectif :

- 2<sup>ème</sup> place aux Championnats de Ligue Nord - Pas de calais      Janvier 2003
- 1 tour aux Championnats de France      Mars 2003



### Palmarès individuel :

Anthony LAFITTE	Antoine STEVENS	Mounir MALFI
1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1994	1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1994	1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1996
De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France



## Equipe Féminine KUMITE

Catégorie : JUNIOR-SENIOR

### Palmarès Collectif :

- 3<sup>ème</sup> au Championnat de France Kumite en 2002



### Palmarès individuel :

Sihem ABDELLI	Cindy CAUDRELIER	Malika TAUBIRA
1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1993  De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1994  De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> Kyu Pratique depuis 1993  3 <sup>ème</sup> au championnat de France Junior De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France

## Equipe Masculine KUMITE

Catégorie : JUNIOR-SENIOR

### Palmarès Collectif ;

- Plusieurs fois titrée au niveau régional.



Avec de droite à gauche : Medhi TAUBIRA, Karim TAUBIRA, Mickael MIERE, Jean DUTELLE, SECO Luigi, Alexandre PAVY.

## Individuel

### Palmarès individuel :

Karim TAUBIRA	Mickael MIERE	Luigi SECO
1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1991  Vice champion de France (2 <sup>ème</sup> Div) Kumite De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1987  Plusieurs fois titré lors de coupes internationales De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1986  De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France

Medhi TAUBIRA	Jean DUTELLE	Alexandre PAVY
1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1992  De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1990  Vice champion de France Minime. De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France	2 <sup>ème</sup> DAN Pratique depuis 1985  Vice champion de France De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France



# KATA ARTISTIQUE

Catégorie : SENIOR



## Palmarès individuel :

Jean DUTELLE
1 <sup>er</sup> DAN Pratique depuis 1990
4 fois Médaillé lors de la coupe de France de Kata artistique. De Nombreux titres régionaux et sélection pour les championnats de France