

## BUSHIDO CLUB de TRAPPES Section Karaté

**P**ortée par plus de 200 adhérents investis et passionnés, la section Karaté du Bushido Club de Trappes excelle encore une fois cette saison dans son ensemble et connaît une forte croissance.



En effet, lors des derniers Championnats des Yvelines, le BCT a obtenu des résultats spectaculaires en réalisant **plus de 30 podiums** dont **plus de la moitié sont médaillés d'or et qualifiés au Championnat d'Ile-de-France et de France.**

De plus l'équipe junior masculine a porté les couleurs du club au podium lors du dernier Championnat des Yvelines

Mais le palmarès du Club ne s'arrête pas au niveau départemental puisque **Fehd Benbouabid** a atteint **la demi-finale de la Coupe de France Espoir** avant de sortir sur blessure, **Mezziane Rayyan** a terminé **3<sup>ème</sup> lors du Championnat d'Ile-de-France** et lors de la Coupe de France Wado-Ryu dans sa catégorie ; quant à **Nsimba Christopher**, il a terminé **2<sup>ème</sup> lors de la Coupe de France Wado-Ryu.** Ses résultats ont permis à **Benbouabid Fehd** (Sénior) et **Nsimba Christopher** (Cadet) d'être sélectionnés dans l'équipe Elite des Yvelines afin de la représenter au **Championnat de France des Ligues.**

**Cette réussite est le travail de l'équipe professorale** composée

de **Rabah Toubal** (ceinture noire 5<sup>ème</sup> Dan et **fondateur de la section Karaté à Trappes**), **Jean-Bruno Andriantsoa** (ceinture noire 3<sup>ème</sup> Dan), **Mouctar Camara** (ceinture noire 2<sup>ème</sup> Dan) et **Fehd Benbouabid** (Ceinture noire 2<sup>ème</sup> Dan).

**Mais l'enseignement du Bushido Club de Trappes va au-delà de la compétition.** C'est avant tout l'enseignement d'un Art Martial qui s'adapte à toute personne, de par sa pratique en compétition et sa pratique traditionnelle.

Le style Wado-Ryu qui signifie « **La voie de la paix** » permet de véhiculer un **code moral, une discipline et un contrôle de soi** qui sert aux Karatékas dans la vie de tous les jours, tout en se dépensant physiquement suivant les objectifs individuels.

De plus cette année le club a ouvert une nouvelle discipline : le **Body Karaté Fitness.** Il s'agit d'une pratique sans contact qui mélange des mouvements de karaté et de fitness sur des musiques rythmées : le but étant de **développer sa condition physique, sa confiance en soi et d'évacuer son stress.**

Notamment cette année la volonté de nos adhérents a ainsi permis au BCT d'ajouter **5 karatékas à sa liste de ceinture noire et 3 nouveaux 2<sup>ème</sup> Dan !**

**Le club compte à présent 17 ceintures noires !**

Les efforts de cette excellente année ont été récompensés lors de la **Coupe du Samouraï** qui a eu lieu **le 20 mai 2017.**



Les jeunes Karatékas ont reçu médailles, coupes, ceintures et diplômes sous le regard ému des parents. Il s'agit de récompenser la meilleure progression dans l'année dans le groupe des Baby-Karaté, Enfants et Adolescents. Quant à la coupe du **Fair Play**, elle récompense le meilleur « Esprit ».

Plusieurs démonstrations ont ouvert cette cérémonie donnant un aperçu de la variété technique que propose cette discipline :

**Katas, techniques de base à mains nues, techniques de compétition, technique face à plusieurs adversaires, Self-Défense contre couteau, Karaté Training et Tai-Chi.**

Les participants et les spectateurs étaient ravis de partager ce moment convivial qui s'est clôturé par un petit goûter invitant enfants et parents, et par la visite surprise de **M. Benoit Hamon.**

Photos, renseignements et informations sur le site internet :

<http://www.karate-trappes.fr>

Fehd Benbouabid  
Membre du BCT section karaté