

Self-défense coréenne, un art de vivre et de combattre

Lee Kang Jong, maître coréen 8^e dan, a dirigé, dimanche matin, un stage de self-défense. Cinquante disciples ont écouté avec attention ce spécialiste du hapkimudo, reconnu au niveau mondial.

Une cinquantaine d'amateurs et de pratiquants d'arts martiaux se sont retrouvés dimanche matin au dojo, rue Jean-Barth pour assister à un stage de hapkimudo tous niveaux. Cette formation était organisée par le club de taekwondo de Sarreguemines qui a invité Lee Kang Jong, un coréen titulaire de la 8^e dan. Un maître écoute avec attention par tous les participants à ce stage.

Succès de la self-défense

L'hapkimudo n'est pas un sport mais un art martial dont la philosophie se rapproche de l'aïkido. « C'est de la self-défense coréenne. Nous fondons notre pratique sur une connaissance poussée du corps humain qui permet une appréhension physique et énergétique du combat », précise le maître qui a créé sa propre école (hapkimudo) à Paris en 2000. La France compte aujourd'hui une cinquantaine de clubs pratiquant cette discipline. « La self-défense, d'une manière générale, connaît de plus en plus de succès car les gens se sentent moins en sécurité de nos jours », assure Lee Kang Jong qui a commencé à l'âge de 7 ans par le taekwondo.

« C'est le parcours classique des enfants en Corée qui débutent puis par cette pratique. J'ai ensuite changé pour le hapkimudo chez Maître Lee Eun Jong », précise celui qui, aujourd'hui, compte un fidèle disciple à Sarreguemines en la personne de Robert Frau, entraîneur 3^e dan hapkimudo et 2^e dan de taekwondo. Ce dernier précise : « On peut commencer le hapki-

mudo dès 14 ans dans notre club. C'est un art martial dans lequel on se sent à l'aise très rapidement. » À Sarreguemines le club compte 95 licenciés.

La structure existe depuis dix-huit ans et est présidée depuis 2008 par Robert Pierron. « Notre club comporte trois activités. Il y a les combats et la compétition qui est associée, il y a l'aspect technique et une partie self-défense qui permet d'apprendre à parer toute sorte d'agression. » Mais comme le rappelle ce spécialiste, cette discipline est un art martial et des années d'une pratique régulière sont nécessaires pour parvenir à un très haut niveau.

C. D.G

* Hapkimudo :
entraînement le mardi
de 20 h à 21 h 45 et le
samedi de 10 h à 12 h.
* Plus d'information
au 06 08 95 98 86.



Hier matin, cinquante amateurs d'art-martial ont assisté au stage dirigé par Lee Kang Jong, maître coréen 8^e dan.



Le club de Sarreguemines compte quatre-vingt-quinze licenciés.