

LA GAZETTE

Le bulletin d'information officiel de LA BUTTE Caen



LE MOT DE :

GUERNET
Jean Luc

Président
du club

ENTRETIEN AVEC...

MAITRE PARK
PIL WON

Prof de Taekwondo
& Nunchaku

L'actu
du
club

BONUS

**DANS CE
NUMÉRO :**

LE MOT DE... // GUERNET JEAN LUC // PRESIDENT DU CLUB

Chers adhérents,

Nous voilà reparti pour une olympiade de 4 ans avec un nouveau bureau renouvelé à la marge lors de votre AG Annuelle.

Merci de votre participation.

Vous étiez nombreux (pas assez) mais plus nombreux à être présent.

Merci de votre confiance accordée à notre nouveau Comité Directeur pour ces 4 prochaines années.

La confiance est importante dans nos relations.

Aussi bien avec nos partenaires, qu'avec les adhérents ou les salariés.

Nous savons avoir confiance en la mairie de Caen, partenaire indéfectible de nos projets qui est pour nous rassurant.

Nous savons avoir confiance en nos adhérents toujours fidèles et de plus en plus nombreux.

Nous savons avoir confiance dans l'immense majorité de nos éducateurs et salariés dans l'investissement de leurs différentes fonctions.

Nous savons avoir confiance dans la communauté des bénévoles qui nous accompagne tout au long de l'année.

Petit bémol sur la confiance accordée à notre banque, le crédit mutuel qui nous accompagnait depuis de nombreuses années et qui nous fait défaut au moment où nous rencontrons des problèmes.

Ce défaut de confiance a été contournée par des adhérents et bénévoles qui se sont substitués à la banque.

Grande désillusion d'un côté et grande satisfaction de l'autre.

C'est la vie quoi ...

2 derniers mots,

Le premier, pour féliciter Lydia pour sa 3ème place aux championnats de France de Jujitsu Fighting catégorie Junior.

La Butte c'est le sport loisir et santé mais aussi la compétition.

Et puis le dernier mot pour féliciter Maitre Park pour son 9ème dan décroché en Corée du sud.

C'est une longue histoire qui nos rassemble, Maitre Park est à la Butte depuis 1991.

Il y a de la confiance entre nous et du respect.

C'est un grand honneur pour nous d'avoir Maitre Park dans notre association, un honneur et un exemple mais aussi une chance pour les adhérents de la section.

Surtout venez et abusez de son enseignement.

Nous espérons parcourir encore un long chemin ensemble.

Félicitation à vous Maitre Park pour votre 9ème Dan mais aussi pour l'homme que vous êtes.

La Butte c'est aussi des enseignants remarquables, la preuve.

Prenez soin de vous et vive le sport ! Vive La Butte !



POURRIEZ-VOUS VOUS PRÉSENTER EN QUELQUES MOTS ?

Je suis professeur de Tae Kwon Do à La Butte depuis 1991.

Je développe le TKD et le Nunchaku Coréen dans le Calvados afin de pouvoir transmettre un esprit d'art martial.

Mon cours permet d'enseigner le self-défense et d'entraîner pour les compétitions de combats et techniques



POURQUOI LE TAE KWON DO ?

Le Tae Kwon Do est un sport olympique et un art martial traditionnel coréen qui permet d'améliorer son équilibre, sa rapidité, sa force musculaire ainsi que son orientation dans l'espace.

C'est un sport équilibré qui permet à la fois d'entraîner le corps, mais aussi de développer un bon esprit.

QU'APPORTE LE TAE KWO DO SUR LA VIE QUOTIDIENNE ?

La pratique du TKD permet de garder une bonne santé en pratiquant une activité physique régulière ludique et pédagogique.

On ne fait pas que des efforts physiques, c'est un sport qui permet de travailler sur son mental et aussi de former des amitiés, puisque les exercices peuvent être individuel ou en groupe.



ENTRETIEN AVEC... // MAITRE PARK // PROF TKD

VOUS DONNEZ AUSSI DES COURS DE NUNCHAKU, POURRIEZ-VOUS NOUS EN DIRE PLUS ?

En plus d'être un excellent moyen de défense, le nunchaku contribue au développement personnel et à l'entretien du corps.

Son utilisation permet de prévenir les maladies de l'épaule par son action sur les articulations.

Il stimule aussi le système cardio-vasculaire et peut être utilisé pour la perte de poids.

C'est également un excellent stimulant pour la mémoire de par la complexité des gestes à mémoriser mais également par la répétition de ceux-ci.

On le conseillera facilement aux enfants, étudiants et personnes âgées.

En Corée, il est très fréquemment pratiqué 1h par jour pour cet ensemble de bienfaits.



COMMENT DONNERIEZ-VOUS ENVIE À UN NOVICE DE VENIR PRATIQUER LE TAE KWON DO ET/ NUNCHAKU ?

Le Tae Kwon Do et le Nunchaku coréen sont des excellents moyens pour s'entretenir physiquement et mentalement, tout en apprenant des nouvelles choses.

Ce sont des sports adaptés à tous les âges.

POUR FINIR, VOUS VENEZ RÉCEMMENT D'OBTENIR VOTRE 9ÈME DAN' UN PETIT MOT ?

Mon parcours a débuté en 1974, un long chemin dans le monde du Tae Kwon Do.

Malgré les doutes, j'ai persévéré et aujourd'hui, je suis honoré d'avoir atteint le sommet de ma pratique.



L'ACTU DU CLUB

• ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ÉLECTIVE

Le 23 février 2024 a eu lieu dans la salle Jacques Prestavoine (Dojo 2) L'Assemblée Générale électorale.

Nous étions 49 présents lors de cette Assemblée Générale, un grand merci à tous !

Le Comité Directeur et le Président ont été réélus pour 4 ans !
(Avec 3 candidats sortant qui ne se représentent pas)

Nous accueillons donc au sein du Comité Directeur des nouveaux membres :

- Mr Chardon Gilles pour le Taïchi Chuan
- Mme Dumont Marie Françoise pour la Méditation
- Mme Connan Nathalie pour les cours extérieurs

Merci à eux et merci de rejoindre l'aventure La Butte !



Un pot de l'amitié a eu lieu à la suite de cette assemblée et vous étiez encore nombreux à avoir participé, un moment agréable fait d'échanges et nous tenions à vous en remercier.



L'ACTU DU CLUB

• JUJITSU

Résultat du samedi 25 février 2024 au championnat de France Junior de Jujitsu Fighting à Verquin.

Félicitations à LYDIA qui termine sur le podium à la 3ème place en Jujitsu Fighting Junior !

Rendez-vous l'année prochaine !

Félicitations à la section Jujitsu !



• JUDO

Voici les résultats du week-end du 9, 10 mars 2024 :

3 de nos judokas se sont déplacés à Montivilliers pour leur passage de grade.

- Jean-Philippe a brillamment décroché son UV2 et devient ainsi ceinture noire 3ème dan.
- Romain a réussi l'examen du Kata et est en route pour décrocher sa ceinture noire.
- Aslam a rencontré quelques difficultés à l'examen technique mais nul doute que son talent et son travail le feront prochainement briller !



Bravo les gars pour votre travail et votre implication au club !

Toute l'équipe de La Butte est fière de vous !

L'ACTU DU CLUB

• GYMNASTIQUE, COMPÉTITION

Le Comité Régional Normandie Gymnastique a confié l'organisation de la compétition Régionale Trophée Fédéral A qualificative pour les championnats de France à la Butte Caen.

La section Gymnastique fait donc un appel à des bénévoles pour le Week-end du 29 au 31 mars 2024 !

Nous aurons besoin de vous pour le montage et démontage de la salle mais aussi pour l'accueil ainsi que la restauration !

Si vous souhaitez faire partie de cette aventure merci de contacter la page Facebook de la Gymnastique : [La Butte De Caen Gymnastique](#)

Dans l'espoir d'avoir de nombreux bénévoles !



• DANSE CONTEMPORAINE

Le spectacle de danse contemporaine de la Butte est en création !

Rdv le samedi 29 juin 2024 au château de Maltot !

Plus d'informations à venir !



BONUS

PRINTEMPS - CHARADE #06



Mon premier est une série d'arbustes qui sépare deux jardins

Mon deuxième est une céréale beaucoup cultivée en Chine

Il faut augmenter mon troisième, lorsqu'on n'entend pas la musique

Mon tout se réveille au printemps.

" LE SAVIEZ-VOUS ? "

Il y a 36 ans (1988) La Danse contemporaine était lancée au club par Sylvie Kukla.

Une soixantaine d'adhérents environ lors des premières saisons.

Aujourd'hui la Danse contemporaine compte 150 adhérents environ avec des cours adaptés à tous les niveaux.



Les cours sont assurés par Sylvie Kukla et Sandy Landerbal

L'INSTANT HUMOUR



Réponse charade #06 : Hérisson (Haie-riz-son)



NOS PARTENAIRES

INSTITUTIONNELS



PRIVÉS



Envie de rejoindre l'aventure en tant que partenaire privé ?
Cet espace vous est dédié !!

N'hésitez pas à me contacter par mail :
vincent-labuttecaen@outlook.fr

Vincent B.