

Voglans

Mustapha Benyamma a été sacré champion du monde de krav-maga

Le club Self defense system 73 a participé au Championnat du monde de krav-maga. Et c'est Mustapha Benyamma qui a récolté la médaille d'or.

Le club voglansais "Self defense system 73" a aligné trois de ses pratiquants au dernier Championnat du monde de krav-maga. Cette compétition, qui s'est déroulée au dojo de Paris (14^e arrondissement), a réuni 570 sportifs, soit l'élite de dix nationalités différentes.

Le krav-maga, méthode de combat simple, directe, efficace a pour objectif l'apprentissage (et la mise en œuvre si besoin) de geste de défense sans pour autant s'appuyer sur des qualités physiques particulières. C'est un art marial aux techniques et aux principes fondamentaux de défense sur coups de poing et de pieds, de défenses instinctives au couteau, ou visant à parer toutes attaques surprises poings/pieds/couteaux/bâtons.

Trois épreuves

La compétition s'articule autour de trois épreuves. Le combat défense où un attaquant avec un couteau et un bâton à dix secondes pour porter trois coups au défen-



Tony Ziliotto, fondateur et entraîneur du club aux côtés de Mustapha Benyamma. Photo Self Defense System 73

seur. Le défenseur gagne la manche s'il n'est pas touché. Le combat libre ou combat en cage n'a pas de règle dans les frappes sauf l'interdiction de coup létal. Enfin, le combat technique est une démonstration en équipe.

Pour sa première participation, le Self defense system 73 a vu l'un de ses membres, Mustapha Benyamma, monter sur la plus haute marche d'un podium dans la catégorie vétérans 1 combat libre. En parallèle, Jérémie Rigaux, président du club, a validé son diplôme d'arbitre régional de krav-maga.

● **Guy Jacquemard**
| www.sds73.fr

L'info en + ► Le club

Fondé en 2013, présidé par Jérémie Rigaux, le Self Defense System 73 à Voglans enseigne une méthode de défense simple, sans fioritures, efficace, qui va à l'essentiel avec des techniques issues de différents arts martiaux et sports de combat. Il regroupe à ce jour entre 110 et 130 licenciés de 14 à 65 ans avec 50 % de femmes. Les cours mixtes sont enseignés au gymnase de Voglans. Depuis deux ans, une antenne sur La Ravoire dispense des cours spécifiquement dédiés aux femmes et adolescents.