

Le Lien SPORTS



17



Lettre trimestrielle d'informations sportives Septembre 2017

Tai Chi

Portrait d'un jeune champion

Le 19 mars dernier, Bertrand Gagneux a remporté le titre de Champion de France catégorie vétérans, de Taolu Moderne.

Entretien avec un « jeune » Champion Emerainvillois !

C'est au début des années 90 que je m'initie aux arts martiaux et plus particulièrement le Tai Chi.

Très vite, je comprends que ce sport est un complément indispensable qui me permet peu à peu d'acquérir la précision des gestes, la concentration, l'équilibre et la fluidité.

Ce qui n'était qu'un loisir devient au fil des années, essentiel puis une priorité.

L'âge et la réflexion aidant, je me rends compte très vite que l'expression physique de cette activité est éprouvante, pour les corps vieillissants alors que l'expression interne m'autorise de continuer cette pratique des arts martiaux tout en respectant le corps et en cultivant l'esprit.

Une pratique de plus en plus assidue et intensive me fait progresser rapidement et m'ouvre la porte des grades 1^{er} Duan puis 2^{ème} Duan, ainsi que celle de l'enseignement : un DIF (Diplôme d'Instructeur Fédéral) puis un CQP (Certificat de Qualification Professionnel).

L'enseignement de cet art m'apporte satisfaction et

équilibre à chaque séance et je constate les progrès de mes élèves.

Communiquer ma passion pour le Tai Chi est devenu ma priorité sportive.

Mon jeune palmarès me conforte et récompense des années de pratique et d'entraînement riche d'enseignements et de plaisirs.

Cette dernière médaille en Championnat de France, est la preuve que beaucoup de choses sont possibles si on s'en donne les moyens et si l'on croit en soi !

2014 : Médaille d'or de Tai Chi dans la catégorie Vétérans.

2016 : Qualifications aux championnats de France et Coupe de France de Taolu.

Médaillé au Trophée National de Tai Chi Quan à Brest,

2017 : Médaille d'Or aux championnats de France Tai Chi Moderne catégorie vétérans.

Avec l'aide de la municipalité, j'organise un stage «Tai Chi premiers pas» le 24 septembre de 9h à 17 h, au dojo Demaisin à Malnoue.

Je serai ravi de vous accueillir et de vous faire goûter aux nombreux plaisirs de cette pratique.

Vous pouvez joindre Bertrand Gagneux au 06 58 23 84 14.

