

VIENNE > Commune > Jaunay-Marigny > Du self-défense grandeur nature

Du self-défense grandeur nature

Publié le 01/06/2018 à 04:55 | Mis à jour le 01/06/2018 à 04:55

f 11



G+



JAUNAY-MARIGNY



Des élèves du Lycée pilote innovant international ont proposé un cours géant de self-défense au gymnase de la Haute Payre.

© Photo NR

Mercredi, près d'une trentaine d'élèves, de professeurs et de membres du personnel du Lycée pilote innovant international (LP21) de Jaunay-Marigny ont suivi un cours géant d'initiation au self-défense au gymnase de la Haute Payre.

La science du self-défense

Cet événement a eu lieu dans le cadre des Activités complémentaires de formations (ACF) qui permettent aux élèves du LP21 de mener à bien des projets en totale autonomie. Celui-ci, mené par 16 élèves inscrits de la seconde aux BTS, est une initiative de Stéphanie Bère et Gabrielle Richard, deux élèves de première scientifique.

« Nous avons souhaité étudier le self-défense sous l'angle scientifique et avons donc suivi des cours quasiment tous les mercredis après-midi durant notre temps libre. Deux professionnels (Stéphane Guery et Olivier Jodet, NDLR)* ont décidé d'accompagner bénévolement notre projet. Nous avons également rencontré Yannick Blandin, psychologue sportif, et Mohamed Jabert, professionnel en neurosciences. Ils nous ont permis de comprendre comment fonctionne notre cerveau pendant et après une agression, et comment améliorer nos automatismes. Plus qu'une activité complémentaire de formation, c'est un vrai projet de groupe qui nous a permis de faire de belles rencontres », précise Gabrielle Richard. Pour partager au maximum ce qu'ils ont acquis de cette pratique, les élèves ont décidé de proposer « un cour de self-défense géant », ouvert à tout le personnel et tous les élèves du lycée, et animé par les deux professeurs et les membres du projet de l'ACF. Une belle réussite.

*Olivier Jodet donne des cours ouverts à tous dans le club PEC France au gymnase universitaire de Poitiers. Stéphane Guery enseigne le self-défense au sein du Taekwondo Olympic Club Poitevin (TOCP), rue de la Ganterie, à Poitiers.

COMMUNES JAUNAY-MARIGNY



RÉDACTION



SES DERNIERS ARTICLES

- > [Niort : une femme tuée à l'arme blanche](#)
- > [Poitiers : la justice épingle le marchand de biens](#)
- > [Le RICM de Poitiers en mode commando](#)

SUR LE MÊME SUJET



Une belle action pour les enfants burkinabés



LP2I : un travail humanitaire avec le Burkina Faso



Une nouvelle dynamique pour le judo-club