

Stage technique à Colmar avec Khamzat Saparbaev

Dimanche 2 novembre 2025 Colmar

Les jeunes judokas de l'Espérance 1893 Judo en immersion technique de haut niveau



Ce dimanche, six jeunes judokas de l'Espérance 1893 Judo, envoyés par notre directeur technique Benjamin, ont suivi avec assiduité le stage organisé par les Arts Martiaux de Colmar, dirigé par Khamzat Saparbaev, athlète au palmarès impressionnant et membre de l'équipe de France. Ils étaient accompagnés de trois de nos entraîneurs : Kevin, Numan et Yamah, qui ont également participé activement à la journée, profitant des conseils et des démonstrations de Saparbaev pour enrichir leur propre approche pédagogique.

La journée s'est articulée autour de deux thèmes essentiels du judo :
10h à 12h – Kumi-Kata : travail sur la saisie et la maîtrise du contact, fondamental pour contrôler l'adversaire dès l'entrée en technique.
14h à 16h – Tachi-Waza : perfectionnement des techniques debout, enchaînements et combinaisons pour une efficacité maximale sur le tatami.

Nos jeunes judokas ont montré un engagement exemplaire, appliquant avec sérieux les conseils techniques et participant activement à chaque exercice. Les entraîneurs présents, Kevin, Numan et Yamah, ont également apprécié la richesse pédagogique et le professionnalisme de Khamzat Saparbaev.

Au-delà de l'apprentissage technique, cette journée a permis des échanges enrichissants entre clubs, dans une ambiance conviviale et studieuse.

👏 Félicitations à nos six jeunes pour leur sérieux et leur engagement, ainsi qu'à Kevin, Numan et Yamah pour leur investissement constant dans la formation et la progression de nos licenciés.

Un grand merci au club des Arts Martiaux de Colmar pour l'organisation impeccable de cette journée et à Khamzat Saparbaev pour son partage de savoir exceptionnel.