



Amazone

# Miss Laëtitia BEHAGLE : un exemple !

Laëtitia la bien nommée "petit panda roux" est une Taekwondoïste et plus encore ! Elle nous relate ici son parcours depuis ses tout premiers débuts dans les arts martiaux. Ce n'est pas tous les jours que l'on rencontre des femmes de cette trempe ! Conquis que nous sommes, nous nous devons de vous présenter cette amazone ! Elle nous montre que les disciplines de combat ne sont pas incompatibles avec une certaine féminité... Son ouverture d'esprit et sa passion pour l'enseignement devraient interpeler les machos du genre !

**Tkdc - Allez Laëtitia, raconte-nous...**

**Laëtitia Behagle** - Comme beaucoup j'ai commencé le judo à 6 ans, discipline que j'ai pratiquée jusque mes 14 ans : à l'époque du lycée et de l'adolescence j'ai délaissé le sport pendant quelques années. A 23 ans, influencée par l'univers universitaire, j'ai voulu reprendre un sport de combat mais plus orienté percussion ; c'est ainsi qu'en mai 1998 j'ai testé « pour voir » un cours de taekwondo. Depuis, je n'ai jamais quitté le dobok. Petit signe du destin ; j'ai passé mon 5<sup>ème</sup> Dan, grade hautement symbolique, en mai 2018, exactement 20 ans après mon cours d'essai. Entre temps, j'ai eu la possibilité de passer également mon 1<sup>er</sup> Dan d'hapkido.

**Tkdc - Parle-nous de ton cheminement dans le Taekwondo**

**Laëtitia B.** - Je n'aurais jamais cru effectuer un tel parcours car rien ne m'y prédestinait. Je suis issue d'une formation universitaire longue dans un tout autre domaine que le sport (j'ai un doctorat d'anthropologie et sociologie du politique). A la base, le taekwondo était pour moi un moyen de m'échapper de la pression des études et du travail purement intellectuel. C'était une soupape nécessaire à mon équilibre. Puis est arrivé le moment de passer le 1<sup>er</sup> Dan et petit à petit, je me suis retrouvée de plus en plus impliquée. Je suis devenue secrétaire du club de Lambersart jusqu'en juin 2018. J'ai passé le DIF en 2006 puis le COP en 2012. Pendant quelques années, je fis également partie du bureau de la ligue NPDC....

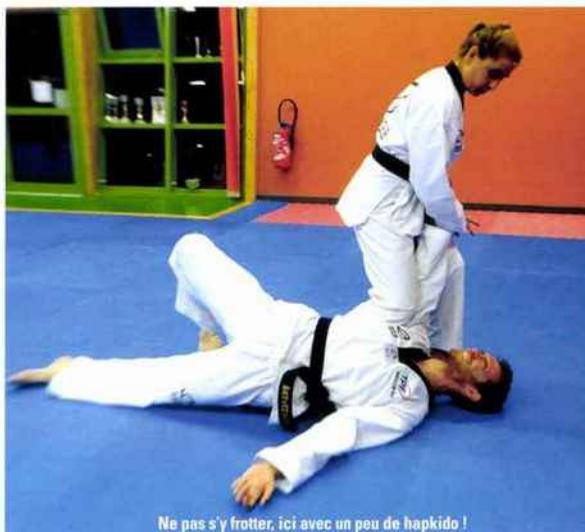


**Tkdc - As-tu fait du taekwondo ta profession ?**

**Laëtitia B.** - Concernant ma vie professionnelle, surdiplômée je multipliais les CDD et finalement, il y a 6 ans m'a été proposé un plan de professionnalisation. Je suis donc retournée en formation afin d'obtenir un BP APT et un DEJEPS mention « taekwondo ». Depuis 2013, je suis animatrice/coach sportive : j'interviens en taekwondo, fitness, zumba, pilates, gym d'entretien, self-défense... en association, école, entreprise ou auprès de particuliers.

**Tkdc – Ton esprit d'ouverture n'est pas à démontrer. Que représentent les arts martiaux pour Toi ?**

**Laëtitia B.** - Pour moi l'art martial ne s'arrête pas à la pratique. C'est une vision beaucoup plus globale. J'aime mettre les gens en relation et permettre à chacun de découvrir d'autres disciplines. Je n'hésite pas à participer à divers stages ce qui me permet de rencontrer des pratiquants et enseignants issus d'autres univers martiaux, et par conséquent cela m'offre la possibilité d'organiser ponctuellement des stages et rencontres inter disciplines : muay thai, krav maga, hapkido, tai chi, WCS, taekwondo, Haidong gumdo...



Ne pas s'y frotter, ici avec un peu de hapkido !

**Tkdc - Tu as été attirée par d'autres disciplines coréennes et notamment le Haidong Kumdo. Un mot ?**

**Laëtitia B.** - Oui ! Suite à l'organisation d'un stage de découverte et d'initiation avec Franck Dominé, une nouvelle aventure a pris corps. Une de mes élèves Marine Bellyncq s'est lancée dans le cursus de formation d'instructrice d'Haidong Gumdo, ce qui nous a permis de créer le premier club de la région : le « Haut de France Haidong Gumdo » dont je suis présidente et dont les activités ont commencé en septembre. Cela me donne l'occasion d'être l'élève de mon élève. Cet état de fait n'est pas une première : j'aime pousser les gens à évoluer et exploiter leur potentiel. Et si devenir enseignant est l'un de leurs objectifs, c'est avec plaisir que je les aide et leur offre cette possibilité. Un des plus beaux exemples est Dimitri Beccaert, qui est arrivé au club à 15 ans et qui aujourd'hui à 24 ans, est 3<sup>ème</sup> Dan et enseignant à part entière de notre structure. C'est pour moi une grande fierté de voir une personne avancer et s'épanouir. J'ai eu la chance de rencontrer des Maîtres et enseignants qui ont agi de cette façon avec moi, notamment Sam Chey qui fut le premier enseignant du Lambersart Taekwondo Club, et je mets un point d'honneur à faire de même. Les valeurs des arts martiaux se transmettent par les actes et pas seulement par les paroles. J'essaie au maximum de créer une dynamique positive et d'entre aide dans les endroits où j'interviens.

**Tkdc - Que préfères-tu en terme d'enseignement ?**

**Laëtitia B.** - Les sections « loisirs » cela demande de l'adaptation pour rendre la pratique possible à chacun et leur transmettre cette envie ou passion. Il est important pour moi de faire passer ce message : les arts martiaux s'adressent à tout le monde et tout le monde peut y trouver quelque chose, progresser, évoluer. Chacun y a sa place. Je pense que c'est ce qui ressort de mes cours : l'ambiance est conviviale, mais cela ne nous empêche pas de travailler sérieusement tous ensemble sans distinction de grade, âge ou sexe. C'est dans cette optique que j'ai également créé l'association Fit Zen Do qui pour l'instant propose des cours de self-défense et pilates mais qui a pour but de promouvoir le sport santé via des pratiques en adéquation avec l'esprit des arts martiaux, en ne se limitant pas à une pratique mais en explorant la richesse de diverses disciplines.

Merci Laëtitia.



Elle pratique aussi le Haidong Gumdo



Laëtitia avec le fidèle Dimitri Beccaert

**Laëtitia BEHAGLE : 06 82 31 78 19**

- 5<sup>ème</sup> Dan Taekwondo, 1<sup>er</sup> Hapkido
- BP APT, CQP et DEJEPS mention Taekwondo
- Animatrice sportive : Taekwondo : babies, enfants, ado-adultes, activité périscolaire, activités fitness, gym bien-être, Zumba, pilates, self-défense
- Enseignante au Lambersart Taekwondo Club
- Présidente du HDF Haidong Gumdo
- Présidente et intervenante de Fit Zen Do ([Fédération Sports pour tous](#) - cours pilates et self-défense)

**Vous avez dit féminité ?**