

CDK, les 20 ans d'un club de champions

Pour fêter ses 20 ans, CDK, le club de jjb (jiu-jitsu brésilien) sevranais, a fait le plein lors du championnat de France CFJJB* qui s'est tenu les 17 et 18 juin 2023, avec 5 champions de France : 1 en Master, 2 en Adulte et 2 en juvénile**.

Il se classe ainsi 13^e sur les 150 équipes présentes avec de nombreux combattants sur les podiums. Un défi remporté avec seulement une 30^e de combattants contre une moyenne de 100 participants présentés par les équipes concurrentes.

« C'est le résultat d'un travail acharné, explique Ludovic Deston, le coach historique du club. Ici on propose des entraînements tous les jours, midi et soir, des sparrings de haute intensité, et un grand nombre de techniques de soumission, que chacun peut utiliser selon ses prédispositions et les situations en combat. »

C'est en 2003, qu'est créé le club CDK (la clef du KO) anciennement orienté boxe anglaise. « Mais avec le départ de l'entraîneur, il a fallu se réinventer, se souvient Ludovic Deston, le jjb avec sa maîtrise du combat au sol s'est imposé à nous grâce à l'un de nos membres qui y avait été initié. » En 20 ans, le club a ainsi permis à plus de 3000 personnes, venues des quatre coins de l'Île-de-France, de pratiquer ce sport.

Il peut aussi compter sur ses gradés (dont 25 ceintures noires) pour former la centaine d'adhérents qui ne désemplissent pas dans le dojo de la cité des sports. Le lieu a d'ailleurs connu une réfection d'ampleur ces derniers mois (tatamis, peinture, VMC...) menée par les services de la ville. Des améliorations bienvenues pour optimiser l'accueil des athlètes dans cette fabrique à champions.

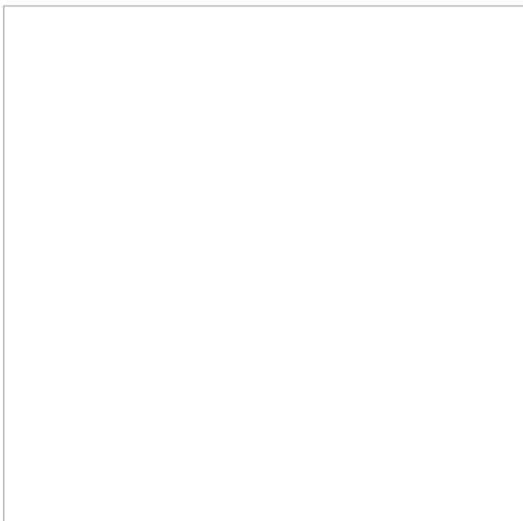
« Notre objectif en 2024, c'est d'atteindre le top 10 des meilleures équipes en France. Nous étions à la 21^e place en 2022, 13^e cette année. L'objectif me semble à notre portée », promet le coach.

Les inscriptions sont possibles toute l'année et le 1^{er} cours d'essai est offert. Alors n'hésitez pas, venez découvrir les clefs du KO à Jour de fête le 23 septembre 2023.

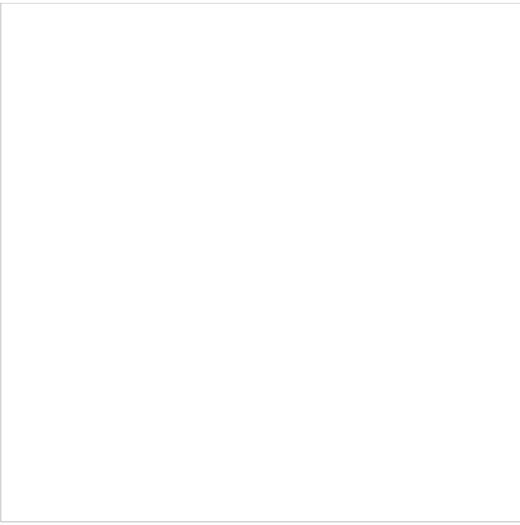
Dojo de la Team CDK
34, rue Gabriel-Péri
93270 Sevran
Tél. : 06 03 88 53 94

* Confédération française de jiu jitsu brésilien : organisme officiel de la discipline en France.

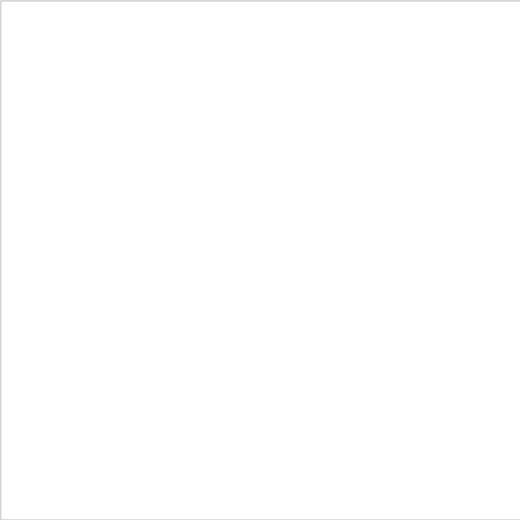
**



De droite à gauche : Mehdi Benariba 1er en Adulte (ceinture violette), Ludovic Deston (coach CDK), Dylan Laguy 2e en Adulte (ceinture violette).



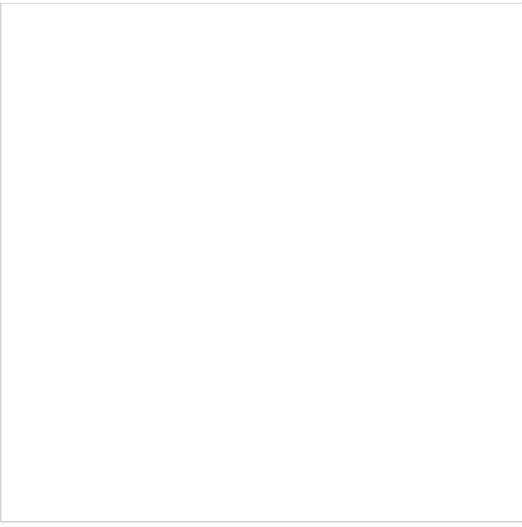
Mehdi Benabdallah en Juvénile (ceinture blanche)



Bilel Mahjoub en Juvénile (ceinture blanche)



Redouane Cherif en Adulte (ceinture blanche)



Philippe Reot en Master (ceinture blanche)

Publié le 01 Septembre 2023