

LA MONTAGNE

Sandrine Labeled, nouvelle championne

- [Cusset](#)

Publié le 20/02/2013



Entraînée par Kévin, son mari, Sandrine Labeled a conquis les tatamis français. © Rollet BÃ?nÃ?dicte

Le club de Karaté-Do compte désormais dans ses rangs une championne de France. Sandrine Labeled a en effet rejoint la grande famille des médaillés cussétois, avec son titre en body karaté.

Après une cinquième place, l'an dernier, cette mère de famille s'est entraînée, depuis septembre, pour aller décrocher ce titre très disputé, face à seize autres concurrentes de seniors 3.

« Le body karaté, c'est un enchaînement de techniques de karaté sur une musique très rythmée, explique-t-elle. On affronte une autre compétitrice en face à face, sans touches ni combat ».

Pour passer à la perfection ces enchaînements aussi techniques qu'esthétiques, il faut au moins deux ans de pratique et une bonne dose de préparation. L'ancienne danseuse, passée par le conservatoire, n'a jamais pratiqué le karaté classique, mais a gardé souplesse et habitude de se dépasser. Elle a également un autre atout : son

entraîneur de mari, Kévin Labed, professeur du club et karatéka depuis plus de trente ans. « Je lui ai créé deux enchaînements qui lui convenaient avec près de 200 mouvements chacun. Des choses précises et complexes mettant en avant sa technique », raconte le professeur, à la fois impressionné et fier de son élève.

Comme en patinage artistique, cinq juges scrutent l'enchaînement des deux karatékas et notent la performance artistique et sportive sur différents critères : précision du geste, énergie, originalité, niveau de difficulté ou temps respecté. Si trois d'entre eux lèvent le drapeau d'une même couleur, la victoire va au karatéka portant cette couleur.

« Le plus dur pour moi était de maîtriser mes balayages en tenant l'équilibre », confie la championne, qui a convaincu les juges sur ses quatre combats. Une reconnaissance pour le travail en duo du couple de sportifs, et une mise en lumière d'une discipline très physique, qui mêle coordination, cardio, mémoire, renforcement musculaire et souplesse.