



PORTRAIT

Imane Tighlaline

Passionnée de Taekwondo

Publié le 06 mars 2023

Imane, Quevillaise, est passionnée par le taekwondo depuis son plus jeune âge. À 18 ans, elle s'entraîne quotidiennement pour parfaire son niveau. Adepte des podiums en France et à l'international, elle ne cache pas son ambition principale : celui de participer aux jeux olympiques 2024.



« Étant très timide durant mon enfance, mes parents ont décidé de m'inscrire dans un club de taekwondo à l'âge de 6 ans, afin de m'affirmer pour mieux vivre avec les autres. J'ai immédiatement été prise de passion par cette discipline et ses différents styles de combat avec les pieds. Ce sport a d'ailleurs influencé mes choix d'étude puisque je suis aujourd'hui en licence d'apprentissage des techniques sportives (STAPS) à Mont-Saint-Aignan afin de devenir kinésithérapeute ou professeure de sport.

J'aimerais lier ma passion à mon métier et transmettre mon savoir aux jeunes sportifs qui débutent. J'ai rejoint le club de Val-de-Reuil il y a plus de 10 ans, c'est un peu ma deuxième famille. Chaque membre se soutient, que ce soit dans la victoire ou la défaite, cette mentalité me donne envie de donner le meilleur de moi-même à chaque tournoi. Je m'entraîne pratiquement tous les jours, que ce soit avec mon club le lundi, le mercredi et le samedi mais aussi avec des clubs voisins 2 fois par semaines et toute seule sur mon temps libre. Je n'ai pas de difficulté pour m'adapter aux horaires scolaires, puisque je suis habituée à faire cela depuis le collège.

Au fil des années j'ai pu participer à de nombreuses compétitions aux 4 coins de la France mais aussi partout en Europe dans des tournois internationaux. J'ai à mon palmarès un titre de vice-championne de France, 6 titres de championne de Normandie et un titre de vice-championne d'Europe. Pour 2023, je me fixe comme objectif de devenir championne de France de ma catégorie (Seniors moins de 46 kg).

Cette discipline fonctionne en système de points, plus je gagne et plus j'augmente mon score. Si je multiplie les victoires, mon score sera assez haut pour, je l'espère, être détectée par l'équipe de France. Mon objectif est de participer aux championnats du monde, mais surtout, d'être sélectionnée aux jeux olympiques de 2024. Pouvoir briller sur la plus grande compétition internationale serait pour moi la plus grande réussite de ma carrière sportive.

Le temps est compté, alors je mets toutes les chances de mon côté en multipliant les entraînements, les compétitions ainsi que les stages de développement physiques et mentaux en Allemagne et en Belgique. Gagner reste évidemment une priorité, mais ce sport m'apprend quotidiennement, que la défaite est une leçon et chaque leçon est une victoire ! ».



VILLE DE PETIT-QUEVILLY

Hôtel de ville
Place Henri-Barbusse - BP 202
76141 Petit-Quevilly Cedex
02 35 63 75 00