

Le Moringue

Le moringue est un sport de combat tiré des traditions de nos ancêtres. Beaucoup d'esclaves à l'île de la Réunion pratiquaient ce sport. Il existe beaucoup de clubs de moringue sur l'île: Ste Marie, St Leu, St Denis, Villèle, St Joseph et Trois Bassins. Chaque club a son propre nom (A Ste Marie il s'appelle ODAS, école moringue, à St Leu , école combattants et à Trois Bassins on s'appelle COCO LER EN FER. Nous à Trois Bassins, on a 6 champions de la Réunion et 2 champions d'Europe dont moi (Alex) et une petit fille (Lyly) qui a 8ans.

Dans le moringue, on a plusieurs types de coups : le pied bat , le pied cote, la bourante, et le pied tête. Pour le pied bat, la jambe touche l'intérieur de la jambe de l'adversaire. Le pied cote touche comme son nom l'indique les côtes, la bourante touche l'estomac, et le pied tête touche la tête. Je m'entraîne 3 fois par semaine 8 heures au total. Avec ou sans musique. Mon entraîneur s'appelle Max Nirgel il est pizzayolo



Bourante



Pied bas



Pied tête



Pied cote



Lyly