

ΤΟ ΤΑΕ ΚΒΟΝ ΝΤΟ (LE ΤΑΕ ΚΩΝ ΔΟ)

Το τάε κβον ντο (tae kwon do) είναι η πιο δημοφιλής κορεάτικη πολεμική τέχνη και το εθνικό σπορ της Κορέας. Από το 2000, το αγωνιστικό κομμάτι της μάχης έγινε επίσημο ολυμπιακό άθλημα. Θεωρείται από τις πλέον αναπτυγμένες πολεμικές τέχνες, όσον αφορά τα λακτίσματα. Το συγκεκριμένο άθλημα δίνει μεγάλη έμφαση στη σωματική αντοχή, στην ταχύτητα, στην ακρίβεια και στην ευλυγισία των ποδιών.



Βασική αρχή είναι η πειθαρχία κι η αυτοσυγκέντρωση. Το τάε κβον ντο καλλιεργεί την ευγένεια, την εντιμότητα, την επιμονή και τον αυτοέλεγχο.

ΓΝΩΣΤΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ

Ελισάβετ Μυστακίδου

Η Ελισάβετ Μυστακίδου είναι πρωταθλήτρια του τάε κβον ντο, που αναδείχθηκε ασημένια ολυμπιονίκης στην κατηγορία των + 67 kg στην Αθήνα το 2004. Έλαβε μέρος στους επόμενους ολυμπιακούς αγώνες στο Πεκίνο (2008), χωρίς, ωστόσο, να κατορθώσει να προχωρήσει έως τα προημιτελικά.



Αλέξανδρος Νικολαΐδης

Ο Αλέξανδρος Νικολαΐδης ήταν Έλληνας αθλητής κι ολυμπιονίκης στο τάε κβον ντο. Διακρίθηκε αρκετές φορές σε διεθνείς κι ευρωπαϊκές διοργανώσεις, με σημαντικότερες τα δύο αργυρά μετάλλια στην κατηγορία των + 80 kg στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας και του Πεκίνου. Άρχισε το τάε κβον ντο σε ηλικία τριών (3) ετών και το επάγγελμά του ήταν πυροσβέστης.



Επιμέλεια: ***Θάλεια Γεωργιά (A1) &
Αναστασία Κουλουμπέρη (A2)***