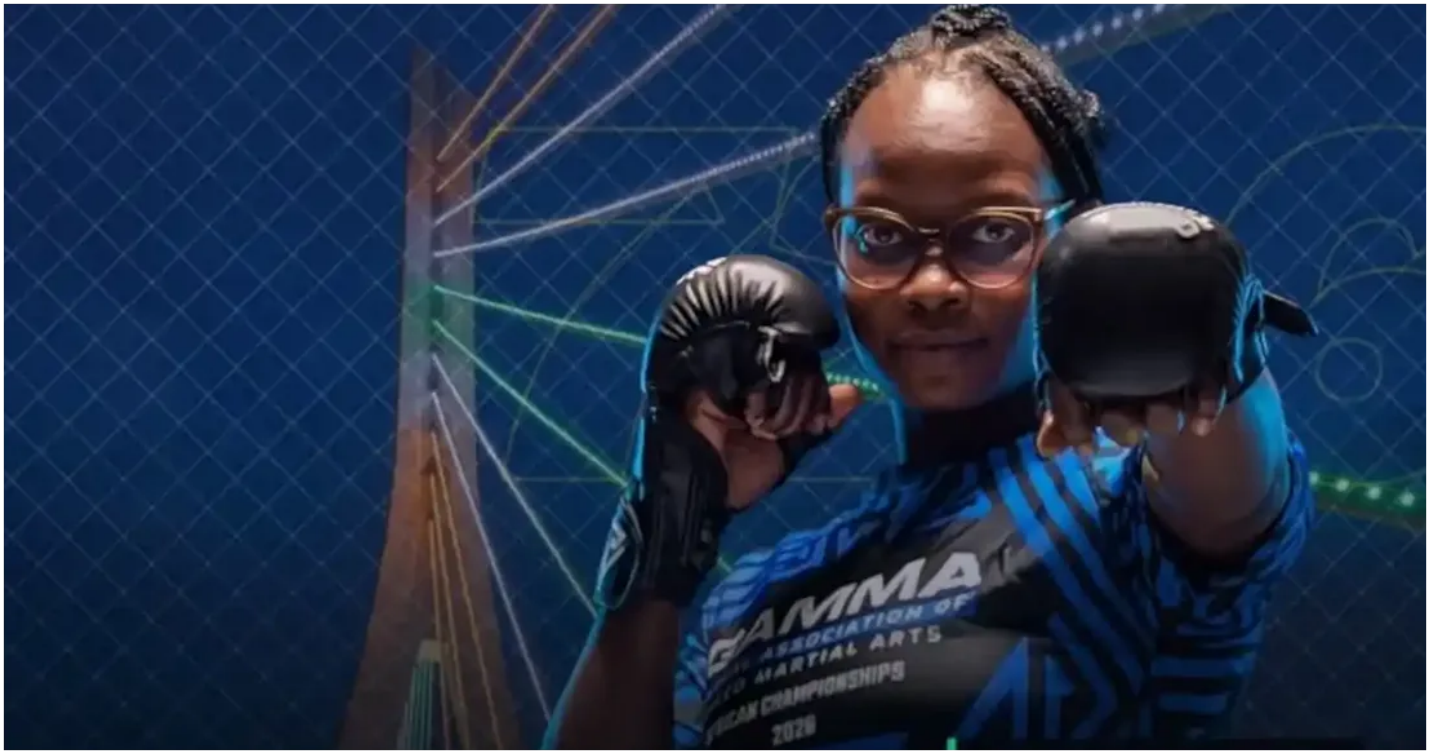


MMA

Premya Wankou, du taekwondo à l'or africain

Auteur : **Ayenan Eleuthere** | Publié le : **19 oct. 2026 à 11:17**



> *La combattante béninoise a remporté la médaille d'or dans la catégorie féminine des moins de 72,6 kg aux Championnats d'Afrique de MMA 2026, disputés à Abidjan. Un nouveau résultat international pour une athlète dont le parcours dans les sports de combat remonte à plusieurs années.*

Le Bénin compte une nouvelle championne d'Afrique dans les arts martiaux mixtes (MMA). Premya Wankou a décroché la médaille d'or aux Championnats d'Afrique 2026, organisés à Abidjan, en Côte d'Ivoire. La compétition s'est déroulée du 13 au 15 octobre, avec la participation de plusieurs délégations du continent. Le sacre de la combattante béninoise constitue le principal résultat de la sélection nationale, qui repart avec trois médailles.

Selon *La Nation*, Premya Wankou s'est imposée dans la catégorie féminine des moins de 72,6 kg. Arielle Balogoun a obtenu la médaille d'argent chez les plus de 72,6 kg, tandis que John Kennedy Affognon a décroché le bronze dans la catégorie masculine des moins de 83,9 kg. Ce bilan permet au Bénin de figurer parmi les nations récompensées lors de ce rendez-vous continental.

Un parcours commencé par le taekwondo

La médaille d'or d'Abidjan s'inscrit dans un parcours sportif qui ne date pas d'hier. En 2021, le média *L'Autre Afrique* consacrait déjà un portrait à Premya Wankou, alors engagée dans le taekwondo. Cette discipline lui a permis de construire ses premières expériences dans les sports de combat et de participer à des compétitions internationales.

À cette période, elle évoluait au sein de l'Académie Okinawa Ryu du Bénin. Le portrait publié en mai 2021 mentionnait notamment des médailles d'or obtenues lors de compétitions au Togo et au Ghana en 2019. Ces résultats témoignaient déjà de son engagement dans une discipline qui exige rigueur, maîtrise technique et régularité.

Son passage au MMA marque une évolution dans sa pratique. Contrairement au taekwondo, centré principalement sur les techniques de coups de pied et de poing selon ses règles sportives, les arts martiaux mixtes associent plusieurs familles de techniques : frappes, lutte, projections et combat au sol. Cette diversité impose aux combattants de développer des compétences complémentaires.

Le passage d'une discipline à l'autre suppose donc un travail d'adaptation. Les acquis techniques du taekwondo peuvent constituer un avantage dans les phases de combat debout, mais ils ne suffisent pas à maîtriser l'ensemble des exigences du MMA.

Après les médailles mondiales, le titre continental

Le titre remporté à Abidjan intervient après une autre performance internationale. En août 2025, *La Nation* rapportait que Premya Wankou avait décroché deux médailles aux Championnats du monde de MMA organisés au Brésil : l'argent en MMA et le bronze en Striking MMA.

Ces résultats avaient placé la combattante béninoise parmi les athlètes distingués lors de cette compétition. Ils constituent un élément important pour comprendre la portée de son nouveau sacre : la médaille d'or continentale ne représente pas son premier résultat majeur à l'étranger, mais une étape supplémentaire dans son parcours.

Il convient toutefois de distinguer les compétitions et leurs catégories. Une médaille obtenue dans une épreuve mondiale ne se compare pas automatiquement à un titre africain, les adversaires, les tableaux de compétition et les

conditions de participation pouvant différer. Le palmarès disponible permet néanmoins de constater une continuité dans ses résultats internationaux entre 2025 et 2026.

Le MMA béninois face aux défis de la structuration

Au-delà de la performance individuelle de Premya Wankou, les Championnats d'Afrique mettent en lumière le travail nécessaire pour développer les arts martiaux mixtes au Bénin. La préparation des athlètes, la disponibilité des entraîneurs qualifiés, l'accès aux infrastructures, la participation régulière aux compétitions et l'accompagnement médical sont autant de facteurs qui contribuent à la progression d'une discipline sportive.

La Fédération béninoise de MMA et disciplines associées est directement concernée par ces enjeux. Les trois médailles remportées à Abidjan constituent un résultat encourageant. Elles ne suffisent cependant pas à mesurer, à elles seules, le niveau général de développement du MMA dans le pays. Une évaluation plus complète nécessiterait notamment des données sur le nombre de pratiquants, la formation des entraîneurs, les compétitions nationales et les moyens consacrés à la préparation des sportifs.

Le contexte continental mérite également d'être souligné. Organisée en Côte d'Ivoire sous l'égide de la fédération internationale GAMMA, cette édition 2026 a constitué un rendez-vous important pour la structuration du MMA africain. Les responsables sportifs présents ont notamment insisté sur les besoins en matière de formation, d'encadrement technique, de sécurité et de professionnalisation.

Pour les athlètes, ces compétitions représentent une occasion de se mesurer à d'autres écoles de combat et d'acquérir une expérience internationale. Pour les fédérations, elles permettent d'identifier les besoins et les axes de progression.

Une victoire individuelle, un enjeu collectif

Le titre continental de Premya Wankou apporte une nouvelle distinction au sport béninois. Son parcours, commencé dans le taekwondo et poursuivi dans les arts martiaux mixtes, montre l'intérêt d'un suivi sportif dans la durée et d'une participation régulière aux compétitions.

Cette réussite peut aussi contribuer à rendre les sports de combat plus visibles auprès des jeunes, notamment des filles, qui souhaitent s'y engager. Mais la pérennité de ces résultats dépendra de la capacité à transformer les performances individuelles en perspectives durables : formation, détection de nouveaux talents, accompagnement des athlètes et accès aux compétitions.

À Abidjan, Premya Wankou a atteint le sommet du podium africain dans sa catégorie. Le défi qui suit sera de maintenir ce niveau, de poursuivre sa progression technique et de confirmer ses résultats lors de prochaines échéances internationales. Pour le MMA béninois, l'enjeu est désormais de faire de ces médailles un point d'appui pour la suite.

PUBLICITÉ

