

DOSSIER DE PRESSE

Coupe de France Zone Sud KARATÉ Contact & Jutsu

Les 2 et 3 février 2008 – CASTRES (81)

COUPE DE FRANCE 2008

KARATÉ

**ZONE
SUD**



**CONTACT
& JUTSU**

COUPE de FRANCE
Zone Sud
KARATÉ CONTACT et JUTSU
Les 2 et 3 Février 2008

L'Archipel
Avenue Pompidou 
81100 CASTRES

Renseignements : 06 69 44 83 06


Ligue Midi-Pyrénées
KARATE


CASTRES


L'ARCHIPEL
L'EAU, LA GLACE, LA FÊTE


agglomération
Castres-Mazamet

Ligue Midi-Pyrénées Karaté - 7, rue André Citroën - 31130 BALMA - T. 05 61 58 34 31 - F. 05 34 30 19 52 - @ : imp.karate@wanadoo.fr - Site : www.fikama/impk

SOMMAIRE

L'ÉVÉNEMENT

| | |
|------------------------------------|---|
| Présentation | 3 |
| Organisation | 4 |
| Le site | 5 |
| Castres, terre d'accueil | 6 |
| Carte & Accès, se rendre à Castres | 7 |
| Hébergement | 8 |

LA COMPÉTITION

| | |
|--|----|
| Règlement | 9 |
| Programme | 10 |
| Les Sportifs locaux | 12 |
| Le mot du DTL (Directeur Technique de Ligue) | 13 |

LE KARATÉ CONTACT

| | |
|---------------------------------------|----|
| Regard d'expert avec Dominique VALERA | 14 |
|---------------------------------------|----|

LE KARATÉ JUTSU

| | |
|-------------------------------------|----|
| Regard d'expert avec Bernard BILIKI | 15 |
|-------------------------------------|----|

Les partenaires

Les contacts



**Sous le Haut Patronage de la Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées
et de son Président Francis DIDIER,**

**Sous l'Égide la Ligue Midi-Pyrénées de Karaté
et de son Président José GONZALEZ**

**la Coupe de France Karaté Contact et Jutsu Zone Sud
est une compétition qui réunira les ligues de Karaté :**

- **Alpes - Côte d'Azur**
- **Aquitaine**
- **Auvergne**
- **Corse**
- **Midi-Pyrénées**
- **Languedoc - Roussillon**
- **Limousin**
- **Lyonnais**
- **Poitou - Charentes**
- **Provence**

Il s'agira pour les compétiteurs de pouvoir se qualifier pour le
Championnat de France de Karaté-jutsu du 24 février 2008 à CHEVIGNY et le
Championnat de France Karaté-contact du 5 avril 2008 à PARIS CARPENTIER.

Suivant le règlement compétitions et arbitrage 2007-2008, seuls les participants aux Coupes zone nord et zone sud de karaté-jutsu et karaté-contact pourront participer aux compétitions nationales (Championnats de France karaté-jutsu et Championnats de France karaté-contact).

Cette Coupe se déroulera sur un site unique, l'Archipel à Castres dans le TARN (81) aux portes du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc à proximité de la Montagne Noire.

ORGANISATION

L'arbitrage de cette Coupe de France Karaté Contact et Jutsu Zone Sud est assurée par la Fédération Française de Karaté sous la responsabilité de **Madame Dina FAYARD**.

Organisation Logistique de cette compétition est assurée par l'équipe de la Commission Sportive de Ligue Midi-Pyrénées avec le soutien de la Ville de Castres et la Communauté d'Agglomération de Castres-Mazamet.

Commission Sportive de Ligue :

COUSINIÉ Thierry : Directeur Technique de Ligue Midi-Pyrénées Karaté

CAUQUIL Jean-Paul : Responsable Commission Sportive Ligue

BOUDOU Patrick,

GOUT Élodie,

GOUDENOVE Anne,

LAFAILLE Christian,

RIQUELME Michèle,

VILCHEZ Marie-Pierre,

VILCHEZ Antoine

Siège de la Ligue :

7, rue André Citroën

31130 BALMA

Tél : 05 61 58 34 31

Fax : 05 34 30 19 52

@ : imp.karate@wanadoo.fr

Site internet : www.ffkama.fr/impk/

LE SITE

L'Archipel est un grand complexe moderne sur 5 hectares disposant d'une piscine (bassin de compétition), d'une patinoire-salle de spectacle (56 sur 26m) accueillant des animations événementielles, sportives et des concerts importants (jusqu'à 2200 personnes), d'un restaurant et d'un bar .

L'ARCHIPEL : Avenue Georges Pompidou - Campus de la Borde-Basse - 81100 CASTRES

Tél : 05 63 62 54 00 - Fax : 05 63 62 54 09

Mail : accueil.archipel@castres-mazamet.com

Sites internet : www.larchipel.fr - www.restaurant-ilot-archipel.com



Entrée du Complexe



Événements Sportifs



Événements Sportifs



Vestiaires



Tribunes



Tribunes et Bar Restaurant



Bar



Restaurant



Restaurant et Piscine



La Piscine

Après Marseille en 2007, la Coupe de Karaté Contact et Jutsu Zone Sud est organisée à Castres dans le Tarn (81). Au cœur du Haut Languedoc, Ville Sportive, CASTRES allie Art de vivre en Occitanie et modernité.

Paris 700 km. - Toulouse 70km. Castres, sous-préfecture du Tarn de 47 000 habitants.



A découvrir :

- Les Maisons sur l'Agout, le Parc de Gourjade, le centre historique, les Musées Goya et Jaurés
- Les bastides tarnaises, églises, abbayes, villages fortifiés ou humbles chapelles vous invitent à remonter le temps, à flâner dans les ruelles médiévales.
- le Gaillacois, un des plus anciens vignobles de France, ses trois terroirs, ses cépages et ses vins hauts en caractère.
- Les produits du terroir aux riches traditions culinaires ou le « bien-manger » est de rigueur.

Pour plus d'informations :

www.tourisme-castres.fr et www.ville-castres.fr

Mise en place d'une NAVETTE Toulouse-Castres à partir du vendredi soir et pendant les 2 jours de compétition.

CARTE & ACCÈS, se rendre à Castres



Transports et déplacements :

Aéroport de Castres-Mazamet

Le Causse - dessert Paris et Lyon 2 fois par jour du lundi au vendredi.

tél : 05 63 70 34 77

Airlinair : 0 810 478 478

www.airlinair.com

Hex'Air : 0 810 182 192

www.hexair.com

Navette Inter-Ligne

Castres-Toulouse/Blagnac

Prise en charge à domicile.

Service 7j/7 en monospace (y compris jours fériés).

tél : 05 34 50 89 00

Gare SNCF

Avenue Albert-1er

8 liaisons quotidiennes avec Toulouse

Horaires, ventes, services : 3635 (0,34€/mn)

Bus et Gare routière

Place Soult

tél : 05 63 35 37 31

Transports urbains

Libellus (réseau des bus de ville)

Libellus-Chrono : une navette gratuite pour desservir le centre-ville.

Arcades - Place Jean-Jaurès

tél : 05 63 71 80 00

Taxis

Radios Taxis Castres

tél : 05 63 59 99 25

Location de voitures

→ **Ada Location**

32, avenue Charles-De-Gaulle

tél : 05 63 51 10 26

→ **Budget**

98, avenue Albert-1er

tél : 05 63 71 31 28

n° vert : 0 800 000 690

→ **Europcar Saint-Michel SA**

67, rue Maillot

tél : 05 63 72 24 69

→ **Hertz**

Garage Maurel et fils

44, rue de Crabié

tél : 05 63 72 82 21

→ **Opel Rent**

Grand Garage de Mélou

166, route de Toulouse

tél : 05 63 72 82 25

→ **Renault Rent**

Grand Garage de Castres

Route de Toulouse

tél : 05 63 71 66 72

HÉBERGEMENT

| | |
|--|--|
| <p>HÔTEL MIRE DAMES *** T : 05 63 71 38 18 F : 05 63 71 38 19 bienvue@hotel-miredames.com www.hotel-miredames.com 1 et 3 Place Roger Salengro 81100 CASTRES</p> <p>HÔTEL RESTAURANT L'EUROPE *** T : 05 63 59 00 33 F : 05 63 59 21 38 hotel.renaissance.europe@wanadoo.fr www.hotel-renaissance.fr 5 Rue Victor Hugo 81100 CASTRES</p> <p>HÔTEL RESTAURANT L'OCCITAN *** T : 05 63 35 34 20 F : 05 63 35 70 32 hotel-occitan@wanadoo.fr www.hotel-restaurant-l-occitan.fr 201 Avenue Charles de Gaulle 81100 CASTRES</p> <p>HÔTEL LE RENAISSANCE *** T : 05 63 59 30 42 F : 05 5 63 72 11 57 hotel.renaissance.europe@wanadoo.fr www.hotel-renaissance.fr 17 Rue Victor Hugo 81100 CASTRES</p> <p>BEST WESTERN MONTAGNE NOIRE *** T : 05 63 35 52 00 F : 05 5 63 35 25 59 contact@lamontagnenoire.com www.lamontagnenoire.com 29 Avenue de Castres 81090 LAGARRIGUE</p> | <p>INTER HÔTEL IMOTEL ** T : 05 63 59 82 99 F : 05 63 59 63 06 hi8102@inter-hotel.com www.inter-hotel.fr ZI Chartreuse - 11 Rue Henri Le Chatelier 81100 CASTRES</p> <p>HÔTEL RIVIÈRE ** T : 05 63 59 04 53 F : 05 63 59 61 97 hotelriviere@wanadoo.fr perso.orange.fr/hotelriviere 10 Quai Tourcaudière 81100 CASTRES</p> <p>HÔTEL CAMPANILE ** T : 05 63 74 81 81 F : 05 63 74 73 18 campanile.castres@wanadoo.fr www.campanile.com Route de Toulouse 81710 SAIX</p> <p>LE GOYA T : 05 63 35 38 24 F : 05 63 35 38 24 16 Place Sout 81100 CASTRES</p> <p>LE MOULIN DES SITELLES Centre d'hébergement 81100 BURLATS T : 05 63 35 38 57</p> |
|--|--|

www.tarn-vacances.com - www.gites-tarn.com - www.tourisme-tarn.com

LA COMPÉTITION

Règlements des compétitions :

(Source *Compétition et Arbitrage 2007-2008 – FFKARATÉ*)



COUPE DE FRANCE ZONE SUD - KARATÉ JUTSU

INSCRIPTIONS : Les dossiers d'inscriptions sont envoyés à la F.F.KARATÉ par les Clubs. Limite impérative de réception des feuilles d'engagement : 8 jours avant la compétition. La compétition est ouverte aux licenciés ayant au minimum deux licences dont celle de la saison en cours, sans restriction de nationalité.

SURCLASSEMENT : Le surclassement des Juniors est autorisé dans la catégorie des Seniors. Aucun autre surclassement n'est autorisé.

TENUES PERSONNELLES ET OBLIGATOIRES : Karaté gi, Ceinture rouge et ceinture bleue, gants adaptés favorisant les saisies.

COMPÉTITIONS INDIVIDUELS EN OPPOSITION La compétition est réservée aux JUNIORS/SENIORS dans les catégories suivantes :

PESÉE : La pesée est effectuée sous le contrôle des arbitres. Aucune tolérance de poids ne sera accordée.

INDIVIDUELS MASCULINS

Catégories de poids JUNIORS/SENIORS : – 60 kg / – 70 kg / – 80 kg / – 90 kg / +90 kg

INDIVIDUELS FEMININES

Catégories de poids JUNIORS/SENIORS : – 55 kg / – 60 kg / – 65 kg / + 65 kg

COMPÉTITION : Le jugement se fera par système aux drapeaux. Il y aura 2 chronomètres sur chaque table. Elimination avec repêchages pour les 3ème places. La compétition sera composée de 3 parties :

1 - KUMITE/COMBAT

2 - TECHNIQUES DE PREHENSION (debout)

3 - TECHNIQUES DE PREHENSION (sol)

DURÉE DES COMBATS : Éliminatoires : 2 minutes temps plein Finales et repêchages : 2 minutes temps plein

SELECTIONS DANS CHACUNE DES CATEGORIES DE POIDS

Tous les PARTICIPANTS de chaque catégorie qui ont la Nationalité Française, sont sélectionnés pour les Championnats de France.



COUPE DE FRANCE ZONE SUD - KARATÉ CONTACT

RÈGLES GÉNÉRALES INSCRIPTIONS : La compétition est ouverte aux licenciés ayant au minimum deux licences dont celle de la saison sportive en cours, sans restriction de nationalité. Les dossiers d'inscriptions sont envoyés par les Clubs, à la F.F. KARATE : – Inscriptions illimitées en individuel, Il y a un droit d'engagement, réglé par le Club à joindre au dossier d'inscription : – Inscriptions individuelles : 4 euros par participant, non remboursable.

TENUES PERSONNELLES ET OBLIGATOIRES : Karaté gi / Ceinture rouge et ceinture bleue / Gants rouges et gants bleus / Protège dents / Protèges pieds / Casque / Coquille pour les masculins / Plastron pour les féminines.

SURCLASSEMENT : Le surclassement des Juniors est autorisé dans la catégorie des Seniors. Aucun autre surclassement n'est autorisé.

COMPÉTITION INDIVIDUELLE PESÉE : La pesée est effectuée sous le contrôle des arbitres. Dans les cas limites de poids, les compétiteurs (trices) pourront être pesés(es) en sous-vêtements. Aucune tolérance de poids ne sera accordée.

INDIVIDUELS MASCULINS :

Catégories de poids SENIORS : – 60kg / – 65kg / – 70kg / – 75kg / – 80kg / – 85 kg / + 85kg

Catégories de poids CADETS : – 60 kg / – 65 kg / – 70 kg / – 75 kg / + 75 kg

Catégories de poids MINIMES : – 50kg / – 55kg / – 60kg / – 65kg / – 70kg / – 75kg / + 75kg

INDIVIDUELS FEMININES :

Catégories de poids SENIORS : – 53 kg / – 60 kg / – 65 kg / + 65 kg

Catégories de poids CADETTES : – 50 kg / – 55 kg / – 60 kg / + 60 kg

Catégories de poids MINIMES : – 45 kg / – 50 kg / – 55 kg / – 60 kg / + 60 kg

DURÉE DES COMBATS : MINIMES : 2 rounds de 1 minute 15 secondes - temps de repos de 1 minute CADETS : 2 rounds de 1 minute 30 secondes - temps de repos de 1 minute JUNIORS / SENIORS : Éliminatoires : 2 rounds de 2 minutes - temps de repos de 1 minute Finale : 3 rounds de 2 minutes - temps de repos de 1 minute

SÉLECTIONS DANS CHACUNE DES CATEGORIES DE POIDS Tous les PARTICIPANTS des catégories CADETS et SENIORS et qui ont la Nationalité Française, sont sélectionnés pour les Championnats de France.



Porte d'Orléans-39 rue Barbès-92120 MONTROUGE
Tel +33 (0) 1 41 17 44 40
Fax +33 (0) 1 41 17 05 65
www.ffkarate.fr

Samedi 02 Février 2008

L'ARCHIPEL
Avenue Georges Pompidou
Campus de la Borde Basse
81100 CASTRES

Coupe de France Zone Sud

KARATE CONTACT

MINIMES – CADETS – JUNIORS/SENIORS

Masculins/Féminins – Individuels

| Horaires | Samedi 02 Février 2008 | |
|--------------------------------|---|--|
| 09 h 00 – 09 h 15 | Contrôle et pesée | MINIME Masc -50 kg / -55 kg / -60 kg / -65 kg |
| 09 h 15 – 09 h 30 | Contrôle et pesée | MINIME Fém -45 kg / -50 kg / -55 kg / -60 kg / +60 kg |
| 09 h 30 – 09 h 45 | Contrôle et pesée | MINIME Masc -70 kg / -75 kg / +75 kg |
| 09 h 45 – 10 h 00 | Contrôle et pesée | CADET -60 kg / -65 kg / -70 kg / -75 kg / +75 kg |
| 10 h 00 – 10 h 15 | Contrôle et pesée | CADETTE -50 kg / -55 kg / -60 kg / +60 kg |
| 9 h 30 | DEBUT DES COMPETITIONS | |
| 10 h 15 – 10 h 30 | Contrôle et pesée | JUNIOR / SENIOR Masculin -60 kg/ -65 kg |
| 10 h 30 – 10 h 45 | Contrôle et pesée | JUNIOR / SENIOR Masculin -70 kg/ -75 kg |
| 10 h 45 – 11 h 00 | Contrôle et pesée | JUNIOR / SENIOR Masculin -80 kg/ -85 kg/ + 85kg |
| 11 h 00 – 11 h 30 | Contrôle et pesée | JUNIOR / SENIOR Féminin -53 kg/ -60 kg/ -65 kg/ +65 kg |
| à partir de 15 h 00 | FINALES PREVISIONNELLES ET RECOMPENSES | |

ATTENTION

Pour participer à la compétition, veuillez vous procurer un dossier d'inscription auprès de **F.F.KARATE**
Vous pouvez également vous procurer le dossier d'inscription dans la rubrique calendrier, sur le site : www.ffkarate.fr

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES A RETOURNER AVANT LE 23 JANVIER 2008, à :

F.F. KARATE Porte d'Orléans-39 rue Barbès-92120 MONTROUGE
Tel 01 41 17 44 40 – Fax 01 41 17 05 65 – email : competition@ffkarate.fr

- Les compétiteurs doivent être licenciés au plus tard le jour de la date limite de réception du dossier d'inscription, indiquée sur le programme et le dossier d'inscription.
- Tout compétiteur non licencié à cette date, ne pourra prétendre à participer à la compétition, même si sa demande arrive entre la date limite d'inscription et la date de la compétition.
- Tout dossier arrivant après la date limite ou incomplet, sera refusé.



Porte d'Orléans-39 rue Barbès-92120 MONTROUGE
Tel +33 (0) 1 41 17 44 40
Fax +33 (0) 1 41 17 05 65
www.ffkarate.fr

Dimanche 03 Février 2008

L'ARCHIPEL
Avenue Georges Pompidou
Campus de la Borde Basse
81100 CASTRES

COUPE DE FRANCE ZONE SUD KARATE JUTSU

JUNIORS / SENIORS

Masculins / Féminins – Individuels

| Horaires | Dimanche 03 Février 2008 |
|-------------------|--|
| 09 h 00 – 09 h 15 | Contrôle et pesée JUNIOR / SENIOR Masculin -60 kg / -70 kg |
| 09 h 15 – 09 h 30 | Contrôle et pesée JUNIOR / SENIOR Masculin -80 kg |
| 09 h 30 – 09 h 45 | Contrôle et pesée JUNIOR / SENIOR Masculin -90 kg / +90 kg |
| 09 h 45 – 10 h 00 | Contrôle et pesée JUNIOR / SENIOR Féminin -55 kg/ -60kg/ -65 kg/ +65kg |
| 9 h 30 | DEBUT DES COMPETITIONS |

ATTENTION

Pour participer à la compétition, veuillez vous procurer un dossier d'inscription auprès de **F.F.KARATE**
Vous pouvez également vous procurer le dossier d'inscription dans la rubrique calendrier, sur le site : www.ffkarate.fr

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES A RETOURNER AVANT LE 23 JANVIER 2008, à :

F.F. KARATE Porte d'Orléans-39 rue Barbès-92120 MONTROUGE
Tel 01 41 17 44 40 – Fax 01 41 17 05 65 – email : competition@ffkarate.fr

- Les compétiteurs doivent être licenciés au plus tard le jour de la date limite de réception du dossier d'inscription, indiquée sur le programme et le dossier d'inscription.
- Tout compétiteur non licencié à cette date, ne pourra prétendre à participer à la compétition, même si sa demande arrive entre la date limite d'inscription et la date de la compétition.
- Tout dossier arrivant après la date limite ou incomplet, sera refusé.

Résultats de Castres :

Kamel ZEGHOUD a gagné la Coupe de France 2006 à Clermont Ferrand, minime -65kg / Karaté Traditionnel.

Anaïs VAUTHEY a gagné la Coupe de France Sud 2007 à Marseille, Cadette -51kg / Karaté Contact

Julien GOUT est 2^{ème} de la Coupe de France Sud 2007 à Marseille, Sénior -60kg / Karaté Contact
1^{er} au Championnat de France 2007 à Paris, Sénior -60kg / Karaté Contact.



KARATÉ

Le Seiken Karaté Club de Castres accumule les récompenses. Il y a quelques mois Kamel Zeghoud a remporté la coupe de France de karaté traditionnel en minimes. Le 28 janvier, à Marseille, Julien Gout et Anaïs Vauthey se sont illustrés en karaté contact : médaille d'argent pour Julien et d'or pour Anaïs ! Les trois karatékas ici avec leur entraîneur, Christian André.

4 > Castres magazine n°107 - 19 mars 2007

Source : Castres Magazine n°107 – Mars 2007

Qui sont les entraîneurs de Karaté Contact et de Karaté Jitsu de la Ligue Midi-Pyrénées ?

TC : *Pour le Karaté Contact, l'Entraîneur Régional est Gilles MOLLARD, 4^{ème} Dan, BEES 1, quadruple Champion de France de Karaté Contact.*

Pour le Karaté Jitsu, c'est Philippe AVRIL, 5^{ème} Dan, BEES 2, ancien membre de l'Équipe de France qui prépare les compétiteurs.

La Ligue Midi-Pyrénées de Karaté vise une ou plusieurs médailles. Quels sont les atouts des compétiteurs de la région ?

TC : *La dynamique régionale au niveau des entraînements tant en Karaté Contact qu'en Karaté Jitsu nous donne toutes les chances de gagner. Pour le Karaté Contact, grâce à la dynamique qu'il a créée, Gilles MOLLARD a permis à nos compétiteurs de Ligue de ramener jusqu'à 11 médailles lors d'une précédente Coupe de France Zone Sud. Ce qui est exceptionnel.*

Quelles sont les ligues fortes de Coupe Zone Sud ? Quelles sont leurs forces ?

TC : *Chaque ligue de la zone sud peut nous surprendre lors de cette Coupe ... Les ligues d'Aquitaine, du Lyonnais et Provence Alpes Côtes d'Azur sont des ligues qui ont obtenu des résultats en Coupe de France.*

Qu'attendez-vous de cette Coupe de France organisée à Castres ?

TC :

- *des résultats de nos compétiteurs*
- *un coup de projecteur sur les disciplines Karaté Jitsu et Karaté Contact*
- *la médiation et la valorisation des actions de la Ligue Midi-Pyrénées de Karaté*
- *l'augmentation du nombre des licenciés ...*

Dominique VALERA, 8^{ème} Dan



Pour tous ceux qui connaissent **Dominique VALERA**, c'est un homme qui se caractérise par l'**honneur**, la **fidélité**, le **respect** et l'**amitié**. Mais c'est également un travailleur acharné qui n'a pas laissé de place au hasard pour être aujourd'hui l'un des **meilleurs karatékas au monde**.

Dominique Valera a créé en 1980 une nouvelle forme de combat : le Karaté contact.

C'est la conjugaison de deux sports de combat qu'il affectionne tout particulièrement: le **Full contact** et le **Karaté**. Mais c'est avant tout, une discipline martiale qui rassemble tous les éléments déterminants pour parfaire sa propre pratique et sa connaissance du combat.

Nous pensons aujourd'hui qu'elle est essentielle pour tous les pratiquants qui désirent offrir une continuité au Karaté traditionnel et pour ceux qui désirent découvrir les voies du contact. En effet si nous développons un peu le sujet sans pour autant faire le procès du traditionnel, nous nous rendons compte que les points faibles des pratiquants de cette voie sont de se mesurer à l'efficacité réelle d'un coup. Recevoir un coup et le rendre lorsqu'il est porté surtout au visage peut déstabiliser un pratiquant non habitué, mais aussi et surtout le faire douter de lui. Car sans motiver ni même développer la violence, nous parlons ici d'efficacité et de réalité.

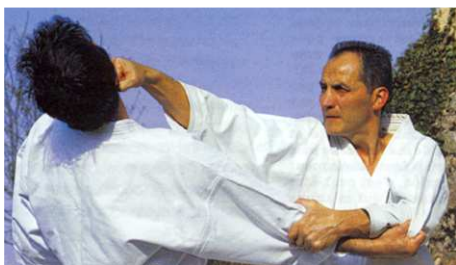
Cette forme de pratique et de compétition amène le combattant dans une bulle où il se retrouve seul avec sa pratique sur un tapis. En karaté traditionnel, le combat est stoppé à chaque attaque jugée bonne contrairement au Karaté contact. Le pratiquant est livré à lui-même, ses réflexes sont mis à rude épreuve. Son adversaire peut utiliser ses techniques autant de fois que sa condition physique lui permettra.

Donc s'il ne possède pas les bagages techniques nécessaires pour le stopper ou répondre (*mauvaise condition physique, manque d'enchaînements...etc.*) et bien le pratiquant risque de subir une défaite morale et physique sans compter la frustration de l'échec par rapport au nombre d'années de pratiques.

C'est pour cela que nous insistons sur le fait que nous ne faisons en rien le procès du traditionnel mais il s'agit bien d'offrir une continuité à celui-ci. Le traditionnel vous a fourni le fondamental technique de départ ainsi que de solides bases physiques pour pouvoir développer une nouvelle approche de votre art.

Source : www.karate-contact.eu

Bernard BILICKI, 8^{ème} Dan



Le karaté Jutsu propose en plus des coups frappés du karaté, des ripostes avec projections, clés, étranglements et liaisons debout-sol.

Toutes ces ripostes sont d'extraordinaires techniques de contre-attaque dans l'attaque (Sen-No-Sen) ou de blocages immédiatement suivis d'une contre-attaque (Go-No-Sen).

Bernard BILICKI EN BREF

Né le 19 décembre 1951 à Lyon, Bernard Bilicki suit sa famille à Roanne, où il apprendra le judo et le karaté sous la férule de son père. Double ceinture noire à seize ans (Brevet d'Etat «arts martiaux» à vingt-deux ans), le jeune homme finit par choisir le karaté. Malgré une blessure infectée qui, à dix-huit ans lui vaut tétanos, éningite et septicémie –18 mois d'arrêt et neuf mois de sanatorium– il devient champion de France par équipes de clubs en 69 et 70 avec l'«Europe Karaté Club» aux côtés de Dominique Valéra.

Manager de son propre club, un temps licencié à l'éphémère Fédération Française de Karaté, il revient vers la FFKAMA, et entame une carrière de haut niveau tardive: Trois fois champion de France des mi-moyens (79-80-81), puis champion d'Europe et vice champion du monde par équipes (80), médaillé européen (79) et finaliste des Jeux mondiaux (81) en individuels, il reste cinq ans en équipe de France, héritant plusieurs fois du brassard de capitaine pour son sérieux et sa solidité tranquille. Sept ans entraîneur, il est aujourd'hui directeur technique de ligue, membre de la coordination nationale des grades, **expert fédéral et responsable national du karaté-jutsu**. Il fête cette année ses quarante ans de karaté.

UNE RÉVÉLATION

Mon père me donnait des cours sur Roanne et il me descendait sur Lyon avec François Sanchez, qui était l'un des professeurs de Dominique Valéra.

Et François m'a amené pendant une semaine à un stage d'expert, sur la Côte d'Azur. Il y avait Kase, Enoeda, Shirai, Oshi. Au retour, j'ai eu un déclic.

Je revois la situation comme si j'y étais. Le club, la salle... Sur un parquet rue Laurent Karl, un partenaire de mon âge, un peu jaloux de moi, agressif, et puis soudain, il est tombé, sur une action au visage parfaitement contrôlée. À ce moment-là je me suis dit que j'allais arrêter complètement le judo pour tout donner au karaté. En y réfléchissant plus tard j'ai compris que c'était ma première sensation du geste juste, totalement spontané, le sen-no-sen véritable. J'avais mis la main sur un moyen de réaliser un geste parfait. Cela aurait pu être un geste artistique, mais c'était à travers un art martial et j'y suis resté. »

Source : www.ffkama.fr/magazine/003.ph

PARTENAIRES

Mairie de Castres
Agglomération Castres-Mazamet
L'archipel – Castres
Navette Inter-Lignes

CONTACTS

Ligue Midi-Pyrénées Karaté

7, rue André Citroën

31130 BALMA

Tél : 05 61 58 34 31

Fax : 05 34 30 19 52

@ : imp.karate@wanadoo.fr

Site internet : www.ffkama.fr/impk/

Commission Sportive de Ligue Midi-Pyrénées Karaté :

COUSINIÉ Thierry : 06 81 52 48 63 - Directeur Technique de Ligue MP Karaté
CAUQUIL Jean-Paul : 06 07 22 16 14 - Responsable Commission Sportive Ligue LMPK
BOUDOU Patrick : 06 08 60 06 20 - Commission Sportive Ligue LMPK

Communication :

GOUDENOVE Anne : 06 72 38 75 01 - iris_goudenove_anne@hotmail.com

Relations Presse sur place :

GOUT Élodie : 06 69 44 83 06 - eloxie@hotmail.com