

OPEN HANDI-KARATE D'ISTANBUL

FATAH SEBBAK, MÉDAILLE D'ARGENT

De bons résultats tricolores

De retour de l'Open international d'Istanbul avec une médaille d'argent autour du cou, Fatah Sebbak, athlète français de handi karaté, a accepté de répondre à nos questions...

Vous finissez deuxième de l'Open International d'Istanbul en kata. C'est un bon résultat. Quel était votre objectif ?

L'objectif c'est toujours d'être premier, donc j'étais un peu déçu. D'autant plus que c'était serré, 3 drapeaux contre 2... Maintenant, avec le recul, j'ai perdu contre quelqu'un que je connais pour l'avoir rencontré plusieurs fois. Il a l'habitude de faire des résultats, donc ce n'est pas vraiment une déception. Je suis très content de cette médaille.

Qu'est ce qui vous a manqué ce jour-là pour gagner ?

Je ne sais pas trop, peut-être de la fraîcheur. J'étais fatigué. Il y avait aussi sûrement un manque d'entraînement. Il faut garder le même rythme tout au long de la compétition, c'est ce qui est très difficile, notamment en début de saison. C'est difficile d'être prêt à cette date. En plus, nous manquons encore d'expérience dans la préparation. Puis il y a le boulot à côté, et les cours... donc c'est difficile de dégager du temps pour la préparation.

Comment s'organise votre préparation ?

Trois mois avant l'événement, nous débutons un entraînement spécifique à la compétition. L'objectif est de gagner en force et en vitesse, et de travailler sur nos erreurs pour éviter de les reproduire.

Vous avez participé à cet Open à la fois en kata et en kumité... avez-vous quand même une épreuve favorite ?

En fait, depuis que je suis petit, j'ai toujours pratiqué le kata et le kumité en parallèle. Mais, j'ai très souvent de meilleurs résultats en

kata. Je pense que ça me correspond mieux, d'autant plus maintenant que je pratique en handi karaté. Le problème aujourd'hui pour moi en kumité, c'est qu'il faut avoir un très bon fauteuil, car c'est difficile de se déplacer rapidement sur un tatami. En plus, le handi karaté n'est pas encore suffisamment développé pour que des catégories soient créées. Il y a donc une catégorie Open. On peut donc affronter des athlètes qui ont des handicaps moins lourds. L'objectif dans le futur, c'est d'avoir des catégories suivant le degré de handicap, qui serait basé sur une évaluation par un médecin. Mais pour cela, il faut plus de compétiteurs.

Depuis quand existe le handi-karaté en France ?

Le handi karaté est apparu il y a environ 5 ans. Au départ, de petits groupes se sont créés localement. Puis ça s'organise petit à petit. Il y a notamment eu une loi qui est passée, qui interdit de refuser un pratiquant handicapé dans un cours... donc le nombre de pratiquants progresse. Nous sommes au second stade du développement, à savoir la formation des entraîneurs. Les compétitions commencent à se développer aussi. La dernière compétition qui a eu lieu à Lyon réunissait 12 compétiteurs français. Au niveau international, c'est plus difficile, nous sommes trois français à participer, car cela demande un investissement, notamment au niveau financier.

Quelles sont les prochaines compétitions pour cette saison ?

Il y en a deux au programme pour le moment, l'une en Belgique en mars et l'autre fin mai à Lyon. Enfin, il y a un projet de compétition internationale au Japon. ●



Les français
concourent tant
en kata qu'en
combat à Istanbul.



PHOTOS: D.R.



D. BOULANGER