

## LE DÉFI DE TAÏ

Saint-André-Lez-Lille, un mercredi soir. Alors que les derniers travailleurs rentrent à leur logis, un groupe d'une vingtaine de personnes se réunit au dojo de la ville pour un cours de taï jitsu.

TEXTES ET PHOTOS:  
LUCAS ALVAREZ

**IL EST PRESQUE 20 HEURES. LE COURS DE BODY KARATÉ TOUCHE À SA FIN, LA SÉANCE DIRIGÉE PAR PASCAL THIBAUT EST SUR LE POINT DE DÉMARRER.** De retour après trente minutes

de footing, le groupe est déjà en sueur. Les visages sont joviaux, c'est la dernière de la saison. Élèves et enseignants ont décidé de rester après l'entraînement pour un barbecue et un écran géant à l'occasion du match de l'équipe de France de football, le troisième des Bleus lors de cette Coupe du Monde au Brésil.

Alors que quelques retardataires rejoignent le groupe, Pascal Thibaut, 47 ans, délivre ses premières consignes, le tout dans la bonne humeur. Pour commencer, plusieurs exercices de cardio, notamment des pas chassés. « *J'espère que vous êtes chauds* », lance le prof, fenêtres et portes restant ouvertes pour faire entrer un peu d'air. Pourtant, la température monte. Après plusieurs autres exercices de frappes pieds-poings sur les pao arrive le temps des étirements pour le groupe. Derrière Pascal, et face au grand miroir, chacun s'affaire à exécuter ce qu'il demande, avant de conclure par une série de pompes.

Il est 20h10, le cours de taïjitsu commence. Accompagné d'une des filles du groupe, l'enseignant explique la posture à adopter avant de regarder chaque groupe de deux reproduire l'exercice. « *Mégan, engage ta hanche. Inès, lève ton genou ! Sinon tu ne peux pas frapper* », alors que celle-ci bosse son mae-geri. « *L'idée, c'est de réarmer.* » Pascal Thibaut est très attentif aux mouvements de tous ceux présents sur ces 110 mètres carrés de tatami. Toujours dans une ambiance détendue. « *C'est ce qui me plaît ici* », explique Sébastien, 37 ans. Ce policier municipal qui vit aujourd'hui à Hazebrouk, à une cinquantaine de kilomètres, n'hésite pas à faire le chemin pour venir s'entraîner là où il est né. « *J'ai commencé le karaté à l'âge de 11 ans, pas du tout parce que je voulais me battre, mais plutôt parce que j'aime les films d'art martial et ce mode de vie. Même si j'ai fait aussi de la boxe française, je crois que l'on peut facilement trouver des passerelles entre les disciplines* », explique celui qui a obtenu son 4<sup>e</sup> dan en mai dernier. Père de deux enfants, de 7 et 10 ans, Sébastien a trouvé sa voie auprès du charismatique Pascal Thibaut. « *Ma pratique me permet de respirer, c'est un besoin vital.* »

Un sentiment que partage également Mégan, 21 ans. Pour cette Picarde arrivée au club depuis une petite année seulement, c'est une « *échappatoire qui permet d'oublier les problèmes et de libérer l'esprit* ». En troi-

sième année de licence « *Métiers de l'éducation* » à Lille, la jeune étudiante, qui a commencé le karaté sur l'idée de ses parents, témoigne qu'elle se sent très bien au club. « *Vraiment, l'ambiance est excellente et Pascal m'a apporté un enseignement différent et complémentaire à ce que j'avais connu jusque-là.* »

**« PEU IMPORTE LE NIVEAU, IL NE FAUT JAMAIS PERDRE LA NOTION DE PLAISIR, QUI EST À LA BASE DU SPORT. »**



*Personne n'aurait manqué le dernier cours de l'année, synonyme aussi de barbecue et de match de foot en cette période de Coupe du Monde au Brésil.*



**« ICI L'ESPRIT CLUB EST PARTOUT »**

Alors que le cours se poursuit avec la parade sur coup de poing, Gilles, 50 ans, avoue que pour lui aussi la convivialité est un élément-clé. « *Même si j'ai pratiqué la pelote basque durant 20 ans, j'ai démarré les arts martiaux très jeune à 10 ans.* » Également jujitsuka, ce commercial dans le matériel électronique est heureux d'évoquer comment il s'est retrouvé au dojo de Saint-André. « *J'habite à côté du quartier de la Madeleine à Lille et, en 2004, je suis tombé sur un article concernant le club dans la Voix du Nord et je suis simplement venu voir comment c'était un samedi après-midi. La suite est simple : cela fait 10 ans que je suis ici (sourire).* » Et malgré un problème au genou, Gilles n'a pas l'intention de s'arrêter. « *Je continuerai dans les*

*Pascal Thibaut, 4<sup>e</sup> dan et responsable de la commission arbitrage au sein de la commission nationale tai-jitsu fait le plein à Saint-André-Lille.*

*années à venir car j'aime vraiment l'ambiance et Pascal. D'ailleurs, ma fille a commencé cette année, alors c'est très motivant de partager ça avec elle.*

« *Moi ce n'est pas ma fille mais mon fils* », explique Fabienne. Mariée, mère de deux enfants, cette chef de projet informatique de 45 ans explique comment elle s'est laissée embarquer dans l'aventure. « *C'est mon fils, qui était au club, qui a voulu que je vienne alors qu'à l'origine je suis plutôt attirée par les sports collectifs, j'ai d'ailleurs pratiqué le volley-ball durant dix ans.* » Même si, aujourd'hui, son fils ne fait plus partie du club, Fabienne, en revanche, y est très impliquée, jusqu'à en devenir la secrétaire. « *C'est amusant parce que ce qu'a fait mon fils avec moi, je l'ai fait ensuite pour mon mari (sourire). Nous n'avons pas toujours les mêmes horaires de boulot, alors c'est notre moment à nous, lorsque nous sommes ici tous les deux.* » Et quand la question de l'ambiance arrive, Fabienne et son mari sont unanimes : « *c'est la clé de tout, mais il y a aussi la discipline, et surtout Pascal et la manière dont il porte le cours.* »

Avec 25 années d'enseignement au compteur, Pascal Thibaut est de ces professeurs dans l'âme qui aiment à la discipline. Trente-deux années de pratique sur les tatamis, et une passion sportive qui lui sert de boussole. « *J'adore ça, le sport a traversé toute ma vie. C'est pour cela que l'on diffuse le match des Bleus ce soir. J'aime ce que je fais et j'apprécie d'avoir autour de moi des gens de qualité. La qualité d'engagement et de la relation entre nous, on les cultive tous ensemble. Nous avons aussi la chance d'être une ville sportive grâce à une politique municipale très claire sur le sujet. Je donne entre quinze et vingt heures de cours par semaine, c'est un vrai job pour moi. À côté de ça, je travaille également pour des élèves de lycée professionnel et de CFA pour ce qui est de la sécurité ou de la self-défense* », expose le natif de Saint-André. Lorsque l'on évoque avec lui la clé de cette réussite, il répond modestement. « *Si vous voulez développer cette bonne ambiance, il faut veiller à contenter tout le monde. Peu importe le niveau, il faut se mettre à la place de l'autre et ne jamais (il insiste) perdre la notion de plaisir, elle qui est à la base du sport.* » Comme le dit l'adage popularisé par le film *Bienvenue chez les Ch'tis* : dans le Nord, tu pleures deux fois : une fois quand tu arrives, une autre quand tu repars. 🏠

