
Jean-Pierre Lavorato


Itay Gil


Yann Baillon


Nohan Dudon

FFK

JUILLET 2024

BEST OF #1

OFFICIEL KARATÉ magazine




Dominique Valéra




Bruno Verfaillie


Alexandre Schoegel

ÉDITO

Chers lecteurs,

Vous avez devant vous l'un des deux numéros d'été d'Officiel Karaté Magazine. Ainsi, nous gardons le lien avec vous tous en cette période estivale, en attendant la rentrée dans vos clubs respectifs.

Nous avons compilé les articles les plus sollicités durant la saison écoulée et nous sommes heureux de vous les proposer de nouveau.

Merci à nos lecteurs d'avoir fait de ce renouveau du magazine un immense succès. Les statistiques des connections directes dont nous disposons le confirment : 800 000 clics, 20 000 utilisateurs uniques sur seulement 13 numéros !

Pour ouvrir ces numéros, vous trouverez deux interviewes d'experts enchainées : Jean-Pierre Lavorato et Dominique Valéra en juillet puis Bernard Bilicki et Patrice Belrhiti en août.

Ces experts qui vous attendent les 24 et 25 août pour leur grand stage annuel pour lequel les inscriptions restent ouvertes *(voir page ci-contre)*.

Le format numérique vous permet de diffuser le lien d'*Officiel Karaté Magazine* vers vos adhérents et correspondants. Vous pouvez aussi télécharger votre revue en pdf, l'imprimer, la partager. Ainsi, vous gardez vous aussi le lien avec vos pratiquants.

Nous avons hâte de vous retrouver dès le début du mois de septembre et nous reprendrons notre rythme bimensuel. En attendant, nous vous souhaitons une bonne lecture et un très bon été à tous !

La rédaction

SOMMAIRE

STAGE NATIONAL DES HAUTS GRADÉS ..... P. 3

JEAN-PIERRE LAVORATO « MARCHER DEVANT » ..... P. 4

DOMINIQUE VALÉRA « JE N'AI JAMAIS QUITTÉ LE KARATÉ » ..... P. 10

KRAV-MAGA ÉNORME ENGOUEMENT AUTOUR D'ITAY GIL ..... P. 16

YANN BAILLON « LA FORCE DU COLLECTIF » ..... P. 20

BRUNO VERFAILLIE LA FORCE DES RACINES ..... P. 24

NOHAN DUDON TEL UN AIGLE IMPÉRIAL ..... P. 30

PARA, L'ESPRIT DE COMBAT ..... P. 32

Vous les avez manqués ?

→ Accédez ici aux numéros d'Officiel Karaté Magazine



Officiel Karaté Magazine
Publication de la Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées
39 rue Barbès
92120 Montrouge
Directeur de la publication :
Francis Didier
Conception, mise en page et rédaction :
Agence éditoriale Sen No Sen
www.sen-no-sen.com

Ont collaboré à ce numéro :
Frédéric Bergeron, Denis Boulanger, Emmanuel Charlot, Mélaine Cochonneau, Antoine Frandeboeuf, Bruno Hoffer, Olivier Remy, Célia Samson et le service communication de la FFKaraté.

COMMENT LIRE VOTRE MAGAZINE ?

- En ligne en mode vertical (affichage page simple) ou horizontal (affichage doubles pages).
- En téléchargeant la version pdf (Page par page ou numéro complet).
- Vous pouvez aussi partager la publication à vos licenciés et à tous les passionnés.

STAGE NATIONAL

des hauts gradés

24 & 25 AOÛT



CENTRE NATIONAL D'ENTRAÎNEMENT
CASTELNAU LE LEZ (34)

TARIF 35 €

4 experts



Dominique VALERA



Jean-Pierre LAVORATO



Bernard BILICKI



Patrice BELRHITI

INFOS & INSCRIPTIONS
LHATEM@FFKARATE.FR / 01.41.17.31.92

FFKARATE.FR

FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

ON NE PEUT PAS DIRE DE JEAN-PIERRE LAVORATO QU'IL A TRAVERSÉ L'HISTOIRE DU KARATÉ FRANÇAIS, MAIS PLUTÔT QU'IL L'A MENÉE, ADOPTANT CONSTAMMENT SANS S'Y EFFORCER LE RÔLE EXEMPLAIRE DE DÉFRICHEUR ACHARNÉ, DE CHERCHEUR DE TRÉSOR, DE GRAND FRÈRE, DE PASSEUR DE VÉRITÉS. DÉSORMAIS 10e DAN, IL ATTEINT L'ACCOMPLISSEMENT DANS SA DISCIPLINE, SANS N'AVOIR RENONCÉ À RIEN.

JEAN-PIERRE LAVORATO

« MARCHER DEVANT »

JEUNESSE

« J'ai passé ma jeunesse dans les bois et les champs, avec des vaches et des chevaux. Je me faisais des arcs et des lance-pierres. C'était la région parisienne, du côté de Morsang-sur-Orge, dans l'Essonne, mais, quand j'étais jeune, c'était la pleine campagne. Mon père était tailleur de pierre. En ce temps-là, les bordures des routes étaient taillées à la main. Lui était chef d'équipe. Il est mort quand j'avais huit ans. C'est ma grand-mère, Marie Berthier, une paysanne née dans l'une des fermes du pays, qui m'a recueilli et fait grandir jusqu'à la majorité, comme elle l'a fait pour ses onze enfants, sept garçons et quatre filles, et cinq de ses petits-enfants. La vie n'était pas la même à l'époque. De mon temps, nous étions douze à table, matin, midi et soir, et lavé au baquet tous les jours. Les fêtes, c'était quatre-vingts personnes à chaque fois, et une sacrée ambiance. C'était une vie moins facile qu'aujourd'hui, mais où l'on se rendait service car on était plus près de la réalité. »

UNE ÉDUCATION

« Ma grand-mère était douce et son éducation pleine d'amour, mais très claire sur ce qui ne se faisait pas. Mes oncles étaient des solides qui travaillaient dans la maçonnerie, le carrelage, des « costauds » avec qui il fallait rester correct. C'était des gens durs au mal, durs avec eux-mêmes. Des sportifs aussi, qui jouaient au foot, au volley. Quand il y avait des problèmes, c'est toute la bande qui les gérait. Chacun vit pour soi aujourd'hui mais, dans mon jeune temps, tout le



© Denis Boulanger / FFKaraté

monde volait au secours les uns des autres, les femmes comme les hommes. J'étais le fils aîné de mon père, très protégé par cette chaleur et cet esprit de famille. Ma grand-mère avait aussi pris sous son aile mon cousin Jacquot, qui est devenu boxeur professionnel. Il s'entraînait chez Bretonnel. Tous les matins, il prenait son vélo pour monter à Paris, à une trentaine de kilomètres de là. Il bossait comme chauffagiste et s'entraînait le soir avant de rentrer. Des comme lui, il y en avait plein. Moi, j'étais accrocheur à l'école, j'avais de bons exemples. Je rêvais d'être professeur de sport, ou chirurgien des muscles, parce que j'étais fasciné par les bouquins d'anatomie. Ma vie a commencé à se construire comme ça… »

CHANGER MA VIE

« Dans le village, il y avait un professeur de culture physique, comme on faisait à l'époque, Monsieur Michaud. Quand j'ai eu seize ans, mes oncles ont dit : "tu viens avec nous". Il est tombé malade… et c'est ce qui a changé ma vie. Mes oncles m'ont amené chez Monsieur Mercier, à Sainte-Geneviève-des-Bois, qui proposait lui aussi de la culture physique. Cet excellent professeur avait une particularité : il faisait du karaté. Il habitait au-dessus de sa salle et descendait parfois en tenue pour faire un kata ou une série de mouvements dont nous n'avions aucune idée. Élève d'Henry Plée qui avait fondé au milieu des années 1950 la première section de karaté en France, à la Montagne Sainte-Geneviève à Paris, il avait fait des stages avec Sensei Oshima. Devant nos questions, il nous a dit qu'il pouvait nous enseigner le samedi, tout le monde a dit oui… et je m'y suis retrouvé seul. J'ai donc commencé en 1962-1963 avec lui. Devant mon enthousiasme et mes bonnes aptitudes, il m'a aiguillé vers Paris et la Montagne Sainte-Geneviève. "Va chez Plée, c'est le club numéro un en France, m'a-t-il dit. Moi, je ne peux pas t'amener plus loin" ».

À LA MONTAGNE

« Quand j'ai débarqué à la Montagne Sainte-Geneviève, c'était toute une ambiance. Dans cette cour du cinquième arrondissement à Paris, il y avait une imprimerie, un tailleur sympa et un chanteur d'opéra qui faisait ses gammes toute la journée. L'entraînement, ça a été un électrochoc, au point que j'y ai même réfléchi à deux fois. C'était beaucoup plus "hard" que chez Monsieur Mercier ! Dans le travail à deux, il n'y avait pas beaucoup de contrôle et, en ippon-kumite, on essayait vraiment de toucher. On travaillait tout. Le kata, les enchaînements techniques, le combat à tous les cours. On ne faisait pas de bunkai, plutôt du kata-kumite. C'était beaucoup de travail en ligne, pas trop de recherche de sensation ni de relâchement. C'était martial ! Il y avait les clients qui venaient découvrir, les étudiants de ce quartier d'université et de grandes écoles, et puis les "durs". Mais même le plus débutant ne lâchait rien. Je m'entraînais beaucoup et mes aînés ont aimé ça. Il y avait déjà de bons karatékas, comme Maurice Szpirglas, le premier champion de France de karaté, Jean Caujolle qui avait deux ans de plus que moi et avait commencé deux ou trois ans plus tôt, Patrick Baroux, le premier champion d'Europe, un gentleman du karaté. Et puis il y avait Yoshinao Nanbu, qui venait juste d'arriver en France. »

YOSHINAO NANBU

« Au début, je rentrais tous les soirs, mais j'étais tellement fou d'entraînement que je ratais souvent le dernier train. J'ai fini par dormir au-dessus du dojo, dans une soupente que je partageais avec Yoshinao Nanbu, nos deux chambrées juste isolées par un paravent. Je m'entraînais tous les jours avec lui, et c'était un sacré client. Il avait un physique incroyable, je n'ai jamais vu quelqu'un d'aussi athlétique. D'ailleurs, il nous faisait profiter de son modèle d'entraînement. Dans les stages, on pouvait faire deux heures sur gyaku d'un côté, et deux heures de l'autre ! Il savait tout faire, avec un mawashi



© Alexis Sciard / FF Karaté



« TAIJI KASE, ON L'AVAIT CROISÉ DANS UN ENTRAÎNEMENT AU JAPON, DÉGOULINANT DE SUEUR. QUAND IL EST VENU EN FRANCE, JE L'AI RÉCUPÉRÉ À LA GARE D'AUSTERLITZ. AU DOJO, HENRY PLÉE M'A PRÉSENTÉ COMME "LE MEILLEUR". KASE A SIMPLEMENT DIT : "DESCEND", ET ON A FAIT UNE HEURE DE JYU-KUMITE SANS ÉCHAUFFEMENT ! »



Avec Tatsuya Naka (à gauche) et Manabu Murakami (à droite).

et un ura très impressionnants, des mae-geri et gyaku-tsuki qui ressemblaient à des coups de barre à mine. Il était super fort en balayage aussi. Même en kata, il était très bon. En plus de ça, c'était un homme très gentil, sensible et profond. Sa disparition a été une grande perte pour le karaté français et pour nous qui avions beaucoup appris grâce à lui. »

LA DÉCISION

« Mon premier professeur restera à jamais Monsieur Mercier. D'ailleurs, je retournais chez lui tous les samedis pour continuer à m'entraîner. J'y retournais même pour la culture physique. Quand on sortait le soir au cinéma entre amis, j'étais tellement fatigué que j'ai rarement vu la fin du film ! Il est décédé à l'âge de quatre-vingt-dix ans. Je suis allé annoncer à sa veuve mon dixième dan, elle m'a dit : "Dommage que Pierre ne soit plus là, il aurait été si fier". Très vite, j'ai compris et décidé que ce serait ça ma vie : le karaté. J'ai rapidement donné des cours à la Montagne Sainte-Geneviève, mais je vendais aussi des vêtements dans des magasins. J'avais un circuit, je connaissais toutes les filles responsables des achats. Je me suis débrouillé. Quand j'ai quitté la Montagne, j'ai fondé mon premier club à Vincennes grâce à Tony Rosseti, un danseur, prof de yoga et ceinture noire de karaté lui aussi. J'ai démarré avec Berthier, Morel, Clause, une dizaine d'élèves et, en une saison, nous étions cent licenciés. »

LE VOYAGE EN TERRE PROMISE

« Ça se passe entre Dominique Valéra, Patrick Baroux, son frère Jean-Robert, Philippe Ficheux, Alain Setrouk et moi, avec l'aide de Yoshinao Nanbu. On avait décidé qu'il fallait voir la terre promise et, pour ça on avait acheté une voiture à cinq. Nos familles nous avaient aidés Valéra et moi. On a traversé l'Allemagne, la Tchécoslovaquie et l'URSS en pleine guerre froide, on a fini par laisser la voiture sur la Place Rouge. On a pris l'avion pour traverser la Russie jusqu'à Khabarovsks, d'où on voyait la Chine de Mao, puis le train jusqu'à Nakhodka, et enfin deux jours de bateau jusqu'à Yokohama. Nanbu nous a reçus chez sa grand-mère à Kobe, une femme charmante avec laquelle nous rigolions toute la journée. Il nous a présenté les Maîtres Tani et Fujiwara qui enseignaient leur Shito-ryu Shukokaï. Après, on est allé voir le Sensei de Nakahashi, qui nous a emmenés au théâtre et chez un expert du sabre. On est monté sur Tokyo pour rendre visite au sensei Oyama et à Gogen Yamaguchi. Oyama en particulier m'a fait une forte impression. Je me souviens qu'un jour où il pleuvait, il nous abritait sous son parapluie en s'exposant lui-même.... On est allé à l'école shotokai, à la JKA où on a rencontré les senseis Nakayama, Aosaka, tous les noms connus. On s'est entraîné à l'université de Taishoku, la plus forte du Japon, à Waseda, l'université d'Oshima



« JE SUIS TOUJOURS SUR MON CHEMIN, UN CHEMIN SUR LEQUEL IL N'Y A NI ARRÊT, NI BUT FINAL. J'AIME MARCHER DEVANT, C'EST UN TEMPÉRAMENT. DÉSORMAIS, C'EST AUSSI UNE RESPONSABILITÉ. CE N'EST PAS SEULEMENT MOI, MON PLAISIR, MON PARCOURS, C'EST UN HÉRITAGE À FAIRE PASSER… »

sensei. On a fait trois entraînements par jour pendant trois mois. Je me souviens des séries au makiwara où tout le monde devait compter dix, et où on était nombreux. Les Japonais étaient plus techniques, plus ancrés que nous. Ils ont été corrects, mais ils nous testaient et on ne se laissait pas faire. Le dernier jour, on a eu le droit à quatre-vingts ippon-kumite. Ce voyage nous a permis de corriger beaucoup de choses, mais il nous a surtout réveillé le mental. »

TAIJI KASE

« Taiji Kase, on l'avait croisé dans un entraînement au Japon, dégoulinant de sueur. Quand il est venu en France, je l'ai récupéré à la gare d'Austerlitz. Au dojo, Henry Plée m'a présenté comme "le meilleur". Kase a simplement dit : "descend", et on a fait une heure de jyu-kumite sans échauffement ! J'ai découvert des coins du dojo que je ne connaissais pas. Ensuite, il a tenu à travailler avec moi deux heures le matin, deux heures l'après-midi, auxquelles s'ajoutaient les deux heures de cours du soir. Ce qu'il a vu ? Au moins ma détermination, et ça a été le début d'une merveilleuse aventure de quarante ans. Par la suite, quand il est revenu en France pour finalement s'y installer, je n'étais plus au dojo de la Montagne à la suite d'un désaccord avec Henry Plée, mais il m'a réclamé. On peut dire qu'il m'a préparé. J'avais le temps dans la journée et j'ai pu m'entraîner énormément sous sa direction. C'était un combattant, un karatéka de génie, il avait tout. Avec lui, j'ai vu des techniques inconnues, des concepts nouveaux. Il était aussi l'un des seuls à ce niveau-là qui n'avait pas la grosse tête. Ça a été un exemple très fort. »

LA COMPÉTITION

« Je n'ai jamais été un chasseur de coupes, cela ne m'intéressait pas beaucoup. Je cherchais le karaté-do. Mais j'ai voulu prouver que je pouvais. J'ai été champion de France toutes catégories en 1968, champion d'Europe par équipes. J'ai battu le champion du Japon en 1970 dans un par équipes, les élèves de Kase contre le Japon. Nous étions les deux capitaines. J'ai arrêté cette année-là. On avait la chance de pouvoir rencontrer tous les Japonais qui passaient, les wado, les shito, on avait le droit de combattre avec eux. J'ai eu devant moi tous les senseis passés en Europe, c'était un apport constant, passionnant et qui se suffisait à lui-même. Avec Kase, j'ai commencé à me passionner pour les sensations de points d'appuis, de transferts de poids accompagnés de la respiration, pour les esquives et les désaxements et, aujourd'hui encore, c'est toujours le cas, comme si j'avais été marqué au fer rouge. Tous les styles expriment une forme de rapport au monde et j'aime regarder ce que mes amis font du karaté. Ce qu'ils mettent de différence. Pour moi, approfondir l'art de faire marcher ensemble l'esquive et la contre-attaque, c'est une façon subtile de percevoir les choses, que je continue à découvrir. Kase disait qu'il lui aurait fallu trois vies pour voir le bout de son apprentissage du karaté. À moi, il en faudrait vingt. J'ai vu tellement de choses avec lui que je ne ferai jamais le tour. »

« J'AI ESSAYÉ »

« Ce que le karaté m'a apporté ? La santé physique, l'équilibre intérieur, le courage… c'est déjà pas mal. On y apprend à ne pas chercher à échapper au problème, mais à l'affronter et à le surmonter. En vieillissant, je me rends compte qu'il me permet d'aborder les choses avec plus de bienveillance, d'empathie, de tolérance. C'est aussi ça l'équilibre. Je me demande comment les gens faisaient pour me supporter avant ! J'étais du genre "qui m'aime me suive". J'ai toujours été poussé comme par une force intérieure à m'entraîner le plus possible. Quand on fait cela longtemps, il y a une vision, une richesse de réflexion, une façon de percevoir et de réagir qui finit par rejaillir sur tout le reste, qui enrichit ta vie et la rend plus pertinente. Aujourd'hui encore, quand je rentre d'un week-end de karaté, je commence déjà à cogiter sur ce que je vais faire dans la semaine qui vient. Être dans un dojo, c'est vital parce que c'est juste ça qui me permet de préserver de la jeunesse et un esprit ouvert. Vieillir… il faut gérer. Essayer de garder une certaine vitesse, une certaine puissance. Mais même à mon âge, je raisonne toujours avec l'idée de progresser encore. On pourra dire que j'ai essayé. »

TOUJOURS SUR MON CHEMIN

« Je suis toujours sur mon chemin, un chemin sur lequel il n'y a ni arrêt, ni but final. J'aime marcher devant, c'est un tempérament. Désormais, c'est aussi une responsabilité. Ce n'est pas seulement moi, mon plaisir, mon parcours, c'est un héritage à faire passer. Le grade qui m'a le plus frappé, comme tout le monde, c'est le 1er dan. Passer de marron à la ceinture noire, j'avais l'impression d'un miracle. Le 10e dan, ce n'est pas pour moi, mais pour les autres. Mes anciens élèves qui sont aujourd'hui mes amis m'apportent toute la reconnaissance dont j'ai besoin. En retour, je peux leur donner ça. C'était émouvant de vivre la cérémonie avec eux, aux côtés de mon frère Valéra, face à mon ami et patron Francis Didier que j'ai connu si jeune. Un moment parfait. Dès les jours suivants, j'étais de retour dans mon quotidien de karatéka. Rien n'a changé. Il me reste à préparer le 11e dan *(sourire)*. »



Denis Boulanger
FFKaraté

Emmanuel Charlot
Sen No Sen

IL FUT LE PREMIER GRAND FAUVE DU KARATÉ, SA LÉGENDE. IL EN EST DÉSORMAIS L'UN DE SES GRANDS AÎNÉS, L'UN DES PLUS PRESTIGIEUX EN AURA ET EN GRADE, LUI QUI VIENT DE SE VOIR DÉCERNER LE 10E DAN. DOMINIQUE VALÉRA ÉVOQUE ICI LE KARATÉ ET LA VIE À CŒUR OUVERT, AVEC LA PASSION INTACTE ET LA FOUGUE QUI L'A TOUJOURS PORTÉ. LA SAGESSE EN PLUS.

DOMINIQUE VALÉRA

« Je n'ai jamais quitté le karaté »

HIVER 54

Cette histoire a commencé très simplement. Je suis né dans une cabane de jardin, construite par mon père, réfugié espagnol, sur les rives du Rhône, à côté de l'usine d'incinération de déchets de Gerland, proche du stade de football de l'OL. À sept ans, je détestais les gens. Je pensais que le monde était contre nous. Lors de l'hiver 1954, l'un des plus rigoureux du siècle, il y a eu un mètre dix d'eau chez nous, amenée par l'inondation du fleuve et le débordement des égouts. Je me souviens de cette eau infecte et du froid comme si c'était hier. L'abbé Pierre nous a fait reloger dans un camp d'immigration. Je n'avais rien, pas même de chaussures. J'allais à l'école avec de vieilles pantoufles qu'avait portées mon frère aîné, et j'étais le troisième ! C'est la directrice d'école à Gerland, rue des Culattes, qui s'en était avisée. Trois jours après, j'avais des galoches en bois. J'étais super content, mais c'était lourd comme un carcan autour du pied. C'est aussi l'année où ils m'ont fait commencer le judo. J'en ai fait jusqu'à mes treize ans et cela m'a fait un bien énorme.

TROP MÉCHANT

Ma mère s'inquiétait. Elle disait souvent : « *il est trop méchant !* ». Je me battais. Je vivais dans une forme de rage et de peur qui ne me quittait pas. Il n'y avait pas de pain au chocolat pour moi, ma mère m'envoyait à l'école avec une sardine froide sur du pain. Le pain au chocolat, je le récupérais en débarrassant les plus faibles de leurs persécuteurs. C'était mon paiement. Le judo m'a sorti de ce brouillard. Pour la première fois, j'ai pu me battre sans penser à faire mal, en respectant celui avec lequel je me roulais au sol. J'ai commencé à substituer les gestes de violence par autre chose, comprendre la relation de respect. Mais je voulais faire de la boxe, j'avais trop de violence à sortir. Ma mère ne voulait pas du tout, j'allais sûrement mal tourner. Le curé qui m'apprenait le catéchisme pensait au contraire que cela pouvait me faire du bien, et il avait raison. C'est l'habit blanc du karaté qui l'a convaincue.

CE QUI SORT DE L'ORDINAIRE

Jean Perrin et François Sanchez dans le club « *Renaissance du 8e* » ont vite compris à qui ils avaient affaire et ont su adapter leur façon de faire. Je ne suis pas un bon karatéka, je suis un bon combattant, et ça a commencé là. Je savais naturellement lever la jambe et je mémorisais très bien les mouvements. Je répétais, mais



© Denis Boulanger / FFKaraté

par obligation. Pour les katas, c'était pareil. Kankudai, il m'a fallu quatre ou cinq séances. Les autres regardaient de mon côté quand ils étaient perdus. Mais cela m'ennuyait et je commençais à ne plus avoir envie de venir. Ce qui m'intéressait, c'est ce qui sortait de l'ordinaire. Répéter des formes, cela m'horripilait. Je n'aimais pas la codification, même si je suis amateur des compétitions de kata, démonstrations d'équilibre, de maîtrise. Moi, j'aimais l'imprévu, le réflexe. Très vite, mes professeurs m'ont envoyé au cours des adultes pour les combats dans lesquels je me sentais bien, parce que j'avais l'impression d'apprendre à chaque fois. Le combat, c'est si intéressant ! Cela change tout le temps en fonction des adversaires que l'on affronte. J'aimais trouver des mouvements. On me parle encore de mon balayage et beaucoup pensent que cela vient de mon expérience de judoka, mais je faisais ippon-seoi à gauche, o-soto-gari à droite, pas de balayage. Au karaté, je percevais tout de même le manque de stabilité des adversaires. Un jour, j'ai vu une démonstration d'Alain Ginetti, champion d'Europe de patinage artistique, dans laquelle il faisait des rotations sur lui-même avec la jambe tendue. Je me suis dit : *« si je fais ça quand les mecs lèvent le genou, ils vont monter à un mètre cinquante »*. Ça n'a pas manqué.

LES PARISIENS

Les gars de Paris que je voyais, s'entraînaient avec l'idée de devenir des guerriers. Moi, c'était mon naturel. J'étais un taureau que l'on avait cherché à canaliser. Je ressens les choses, je ne les pense pas. Ces Parisiens étaient en avance sur nous, sur le plan technique, ils avaient tellement travaillé. Ils avaient la chance d'avoir des Japonais, comme Yoshinao Nanbu, qui était jeune, excellent combattant. Nanbu nous a amené des choses différentes, son mae-geri en boulet de canon, le gyaku en attaque et en contre, à couper le souffle. On a vécu des choses extraordinaires avec lui. Il a été inventif, il nous a débridés. On était dans des carcans, moi moins que les techniciens, mais je faisais quand même toujours la même chose. Il nous a fait sortir du linéaire par exemple, arriver au but en se décalant. On a appris avec lui. C'était ça que nous voulions voir, pas les vieux qui faisaient les démos avec les jambes flageolantes. On me disait à l'époque : *« ils ont soixante-seize ans »*. Mais moi qui ai désormais soixante-seize ans, je n'ai pas les jambes qui flanchent ! Cela dit... je ne fais plus de démo car je ne suis plus « démonstratif ». J'ai vu des gens qui m'ont fait rêver quand j'étais jeune et j'en ai

«AU COURS DES ADULTES, JE ME SENTAIS BIEN, PARCE QUE J'AVAIS L'IMPRESSION D'APPRENDRE À CHAQUE FOIS. »



© Patrick Urvoy / www.patrickurvoy.com



© Denis Boulanger / FFKaraté

Dominique Valéra en compagnie du DTN Yann Baillon (à gauche) et du président de la commission nationale d'arbitrage Bruno Verfaillie (à droite) pour honorer notamment les médaillés masculins par équipes des derniers championnats du monde (de g. à droite : Mehdi Filali, Younesse Salmi, Jessie Da Costa, Kilian Cizo, Mohamed El Kobty, Thanh-Liêm Lê, Enzo Berthon et Steven Da Costa).

fait rêver d'autres. Maintenant ça passe par le langage, j'essaie de corriger, de donner à réfléchir et c'est bien.

DES FRÈRES

Il y avait Patrick Baroux, Jean-Pierre Lavorato, mon frère martial, et Francis Didier qui était un petit jeune à l'époque, qui avait seize ans quand nous en avions dix-neuf, notre petit frère turbulent qui faisait des blagues et oubliait son visa. Avec Jean-Pierre, nous avons toujours été très liés. En kimono, on voulait se surpasser, être moteur du groupe. On ne fait pas le même karaté, mais on se connaît parfaitement et, s'il y a quelqu'un avec lequel je pourrais partir à la guerre, c'est lui. Je n'aime pas ceux qui font passer un message sur ce qu'ils ne pratiquent pas sur le plan technique, comme moral, et lui, ce n'est pas le cas. Quand il dit « en avant », il y est déjà. Francis, c'est un parcours incroyable. Je me souviens du technicien qu'il était, un fougueux qu'il fallait parfois retenir. C'est devenu un constructeur, un Bouygues. J'ai un énorme respect pour ce qu'il a accompli sur le plan personnel. Avec lui, on a d'abord été les sempai, comme il dit, mais il est devenu très attentif, très attentionné avec nous. J'ai été malade une fois au Kurdistan. Un entraînement dans la montagne avec baignade, et j'ai choppé des amibes parce que les troupeaux pissaient là-dedans. Retour d'urgence, je me suis retrouvé dans un hôpital où il y avait marqué « Cancer du sang » sur les panneaux. Il s'est occupé de tout pour faire venir ma femme.

LE VOYAGE

Quand j'ai passé ma ceinture noire en 1964, nous avons évoqué, avec les copains, un séjour au Japon. En 1965, c'était décidé : « *l'été prochain, on part !* ». Nous avons pris la décision de faire des économies, fait en sorte d'avoir les visas et les autorisations pour aller au Japon, je venais de passer mon permis de conduire aussi à tout



© Denis Boulanger / FFKaraté

juste 18 ans car c'est moi qui devais conduire... On a acheté une traction de 1940 bien entretenue, deux sièges avant et trois couchettes derrière, les valises sur le toit. On est parti dans l'ambiance de la guerre froide, avec des chars en Tchécoslovaquie, en Russie... Ils nous emmerdaient à chaque frontière. Ils voulaient des dollars ! On a perdu une roue en route, la voiture a pris feu à Moscou. Le voyage a duré encore une semaine. On a retrouvé Sétrouk et Nanbu là-bas. Notre hôtel était modeste, mais Lavorato et sa mèche, moi et ma sale gueule, on se déclarait dans des hôtels plus chers où les autres venaient nous rejoindre discrètement. On a vécu chez la mère et la grand-mère de Nanbu, des femmes hyper-joyeuses. Tous les soirs, elles mettaient des fruits pour Bouddha et on les mangeait en disant qu'il avait déjà du bide. Elles remettaient des fruits pour nous et nous promenaient partout. On était là pour voir des gens extraordinaires mais, sur le tapis, c'était un peu la guéguerre. Il a fallu s'imposer. On se révoltait sans arrêt ! Ils faisaient des paris entre eux. Nous étions cinq contre cinquante. Les moins forts se faisaient fracasser, on les vengeait. Sur les balayages, je ne me suis pas retenu. Ça faisait du bruit sur les parquets ! J'avais dix-neuf ans... Petit à petit, on a fini par se faire accepter. Rien que le voyage, ça les impressionnait.

PARTIR, REVENIR

Le karaté m'a canalisé, mais aussi un peu déçu. Les mondiaux de Long Beach en 1973 et cette altercation avec un arbitre, ce n'était pas la bonne façon, mais je n'aurais sans doute pas continué en karaté et ça a été une délivrance de me libérer de ce carcan des arbitres trop subjectifs ou malhonnêtes. Le full m'a ramené à la vérité. En fait, ce n'est pas le karaté qui m'a mis dehors, ce sont les gens, leurs règles. Et moi, je ne l'ai pas quitté dans mes tripes ni dans mon cœur. Et si je n'étais plus dans la maison karaté, j'ai toujours pris ma licence. Je les ai toutes sorties un jour que Jacques Delcourt m'accusait de désertion. Il a suffi que la maison m'ouvre à nouveau les portes pour que je rentre chez moi. Francis Didier m'a dit : « *tu avais treize ans quand tu as débuté, il est temps de revenir* ». Quand j'ai commencé à tous les faire travailler sur des sacs et des paos, ils ont compris que

« LA PIQÛRE QUE J'AI EUE ENFANT, J'AIMERAIS LA DONNER AUX AUTRES. EMPÊCHER LES JEUNES DE FAIRE DES CONNERIES. QUAND TU N'AS RIEN, ABSOLUMENT RIEN, IL Y A QUAND MÊME QUELQUE CHOSE À FAIRE. »

ce n'était pas facile ! Et mon retour permet aux milliers de personnes qui avaient la même intuition que moi d'adhérer aussi. Il n'y a pas le karaté « tradi » et autre chose. Il y a le karaté.

10e DAN

Je n'ai pas grand-chose à en dire. Je suis 9e dan depuis 2008, alors c'est mieux qu'à titre posthume ! J'ai eu des félicitations de partout, certains ne m'avaient pas recontacté depuis trois ans avant ça. En fait, il n'y a rien de changé. Pendant tout ce temps, j'ai juste compris qu'il faut faire avec, et pas contre l'autre. Même l'adversaire est la solution du problème qu'il te pose. Face à face, il y en a un qui gagne, côte à côte, la progression n'a pas de fin. J'ai plus de patience, plus de métier. Maintenant, j'ai les mots que je n'avais pas avant.

Il m'a fallu du temps pour discerner les aides. Le curé, l'abbé Pierre, la directrice d'école, ou Patrice Barroux qui me disait : « *j'aime beaucoup ta façon de combattre* », et me glissait un conseil sans avoir l'air d'y toucher. Le karaté m'a permis de faire sortir cette fièvre, de faire sortir le mal que m'a mère sentait en moi. Ma façon de plaisanter tout le temps, c'est peut-être une façon de parler de ça sans dramatiser, une façon de m'en servir, sans vivre avec.

La piqûre que j'ai eue enfant, j'aimerais la donner aux autres. Empêcher les jeunes de faire des conneries. Quand tu n'as rien, absolument rien, il y a quand même quelque chose à faire, mais tu ne peux pas le faire tout seul. C'est la passion qui m'a fait avancer et les bons conseils qui me faisaient grandir. Mais il faut des structures. L'absence de contact extérieur et les terrains vagues, c'est très dangereux.

TROIS PILIERS

Vivant, oui, légende, non ! Je suis bien trop humain pour ça. Je n'ai qu'un seul conseil. Trouvez un bon professeur. Est-ce qu'il s'occupe de tout le monde ? S'il prend du temps pour le gamin qui ne comprend rien, c'est bon signe. S'occuper du mec fragile, du plus faible, de celui qui doit essayer de rattraper les autres, c'est le rôle du professeur. Le dojo, c'est comme la continuité de la famille, c'est important de le faire comprendre aux jeunes. Il y a trois piliers : la famille, l'école, le sport. S'il en manque un, l'enfant bascule. S'il en perd deux, il sombre. Ça a été le socle de ma vie. Tout le monde ne fait pas de sport et, pour moi, c'est une erreur. C'est la base, avant même la musique, le théâtre ou l'astronomie. « *Bien dans sa peau, bien dans sa tête.* » Le club peut être aussi un substitut aux familles manquantes. Le groupe, c'est la matrice de notre évolution positive. Partage, attention à l'autre... Respectons-nous le plus possible. La haine commence par les mots, le manque d'égards pour les autres. Un sens au dixième dan ? Peut-être alors cette mise en lumière qui m'oblige à formuler, à trouver les mots, à dire les choses que j'avais en moi.



© Patrick Urvoy / www.patrickurvoy.com

Denis Boulanger
Patrick Urvoy
FFKaraté

Emmanuel Charlot
Sen No Sen

KRAV-MAGA
ÉNORME ENGOUEMENT AUTOUR D'ITAY GIL

Le Centre National d'Entraînement de Castelnau-le-Lez a accueilli il y a quelques semaines l'expert israélien Itay Gil pour un stage qui a une nouvelle fois fait le plein. De quoi soutenir la dynamique autour des quelque dix-sept mille licenciés de la discipline, impulsée par les clubs. Les professeurs et les experts étaient là. Notre photographe aussi.





Étienne Urvoy






KRAV-MAGA
KARATE MIX
KARATE FULL CONTACT
KARATE CONTACT
FFK
WUSHU
KRAV-MAGA


KRAV-MAGA


KRAV-MAGA


SELF DEFENSE SYSTEM


FFK
WUSHU
ffkarate.fr





Olivier Remy
Sen No Sen




KRAV-MAGA




FFK


KRAV MAGA
STREET FIGHT





YANN BAILLON
« La force du collectif »

EN PLACE DEPUIS SEPTEMBRE DERNIER, LE DIRECTEUR TECHNIQUE NATIONAL A PROFITÉ DU BILAN DES DERNIERS CHAMPIONNATS D'EUROPE CADETS, JUNIORS ET ESPOIRS POUR REVENIR SUR SA FEUILLE DE ROUTE ET L'ÉTAT D'ESPRIT QUI PRÉSIDE À CHAQUE PROJET MENÉ, AVEC LE CLUB COMME POINT D'ANCRAGE.

COLLABORATION RENFORCÉE AVEC LES PROFESSEURS

« La France a terminé première nation des derniers championnats d'Europe cadets, juniors et espoirs en Géorgie, avec quatorze médailles dont sept titres. Un résultat dont on doit évidemment se réjouir mais, ce qui me tient à cœur, c'est ce que doit révéler ce bilan : depuis plusieurs mois, nous avons initié beaucoup d'échanges avec les entraîneurs de club concernant les sélections, l'approche des compétitions, la relation aux athlètes, leurs progressions, avec ces débriefings systématiques, des échanges de séquences vidéos, pour les katas notamment, et je crois que chacun trouve sa place. Au final, ceux qui ont joué le jeu ont vu leurs jeunes monter sur les podiums. Ce qui est important, c'est de partager les informations sur ces jeunes athlètes, de relayer les mêmes messages auprès d'eux, d'avoir une seule vision de la performance qui doit permettre à la quarantaine de jeunes qui étaient sélectionnés sur ces championnats d'Europe de Tbilissi de monter sur le tatami avec la bonne attitude. Les jeunes sont aussi partis à Pornic, à Nantes, à Marseille, dans le Nord pour un important stage avec beaucoup d'opposition, avant la préparation terminale à Montpellier. C'était nouveau, dans la veine de ce que nous avions mis en place avant les mondiaux seniors, afin d'échanger davantage lors des moments informels, d'aller au contact des clubs qui nous ont accueillis, d'amener l'équipe de France sur les territoires pour passer un moment avec les enfants des clubs et leur donner envie, créer de la proximité... De quoi contribuer, sans s'éparpiller, j'y tiens, et en choisissant soigneusement nos points de chute, au fonctionnement et au rayonnement du karaté sur le plan local. C'est aussi notre rôle. »

UN STAFF NATIONAL AU DIAPASON

« Impliquer les professeurs de club, c'est aussi accepter que le staff national prenne le relais pour coacher le jour J, avec une confiance réciproque. C'est également, de mon côté, une exigence accrue vis-à-vis des entraîneurs nationaux, qui doivent se positionner en tant qu'experts de la performance, avec un travail très pointu sur les statistiques, la vidéo... Par exemple, nous avions l'impression que la majorité des points avaient été marqués sur kizami-tsuki lors des derniers championnats d'Europe seniors. Nous avons donc décortiqué les parcours de chaque vainqueur par catégorie, français et étrangers... et mis en évidence que s'il y avait bien plus de bras avant tentés, beaucoup moins donnaient lieu à des points au tableau d'affichage. Une dynamique globale donc, de l'exigence, celle notamment d'entraîneurs nationaux qui font chaque entraînement à fond lors des stages et regroupements, avec un au centre et les six autres avec les gants et les protections. Je leur demande aussi un travail de planification de plus en plus précis, du lien avec les athlètes qui prend du temps... Mais la compétitivité à haut niveau et la France qui gagne sont à ce prix. Et en tant que staff national, nous devons nous élever à ce niveau pour être en phase avec l'investissement que nous demandons aux clubs et à leurs professeurs. »



Yann Baillon avec (de g. à droite) Philippe Dherbecourt, secrétaire général de la FFKaraté et Bruno Verfaillie, responsable de la Commission Nationale d'Arbitrage.

LE « CLUB FRANCE »

« Tout cela doit s'incarner aussi dans ce que j'appelle le « club France ». C'est vraiment quelque chose de très fort dans notre vision du karaté français qui gagne, uni. C'est ce que nous avons commencé à construire il y a plusieurs mois. À Tbilissi, il y avait les familles, les entraîneurs de club et le staff national ensemble dans les tribunes. Les professeurs nous ont fait confiance car je pense que nous avons réalisé un important travail de communication en amont. Pour ma part, j'ai aussi insisté sur la place que chacun

devait tenir : le professeur est là pour donner des ondes positives, le staff national pour encadrer dans la confiance mutuelle. Exit les infos de coaching données tous azimuts et qui perturbent l'athlète, lequel doit combattre pour lui-même. Sur ce socle, nous pouvons construire quelque chose de solide, un collectif qui fait gagner. J'avais envoyé un mail à tous les professeurs et à tous les parents avant la compétition pour leur dire ce que l'on attendait d'eux et que nous allions nous retrouver tous ensemble. Je leur en ai adressé un autre il y a quelques jours pour partager ces beaux résultats et les remercier de l'attitude générale, et j'ai reçu de nombreux retours qui me font dire que quelque chose s'est passé. Cela doit nous servir pour les mondiaux jeunes de fin d'année en Italie, et pour les championnats du monde par équipes seniors en Espagne en novembre. Si nos masculins y sont déjà qualifiés grâce à leur belle médaille de bronze des derniers mondiaux de Budapest, nous devrons aussi remobiliser notre équipe féminine qui ira chercher sa qualification pour cette nouvelle épreuve du calendrier lors des prochains championnats d'Europe *(10 au 12 mai en Croatie, NDLR)*, comme nos deux équipes kata. »

DISCIPLINES ASSOCIÉES : DES MOYENS INÉDITS

« Cette logique de travail vaut aussi pour les disciplines associées. Depuis ma prise de fonction, nous avons fait en sorte de nous rapprocher des acteurs de chacune d'elles. Un long travail pour que la vision fédérale se retrouve partout, jusque dans les clubs ruraux avec peu de licenciés, mais qui travaillent avec passion et dévouement chaque jour. Des moyens humains conséquents ont été mis en place que tout cela donne des résultats : Olivier Beaudry, DTN adjoint, a la responsabilité des disciplines associées et il est accompagné de deux autres personnes. Les moyens financiers sont eux aussi beaucoup plus importants. »

AU SERVICE DES CLUBS

« Aider les clubs, leur faciliter la vie au quotidien, sont les maîtres mots. Pour leur fonctionnement d'abord, et pour leur développement. Un club de karaté aujourd'hui, ce sont en moyenne soixante-dix licenciés, un peu moins dans les disciplines associées. Ce sont des dirigeants bénévoles et, en majorité, des professeurs qui donnent des cours le soir et le mercredi en plus



de leur activité professionnelle. Je sais que, dans ces conditions, il est difficile d'aller prendre rendez-vous à la mairie, de monter un projet, de remplir un dossier de subvention, de pénétrer le milieu scolaire. Même quand on a l'énergie et les compétences, en plus de la passion que je mesure, il faut du temps et de l'accompagnement. C'est notre rôle en tant que fédération et celui de la direction technique nationale. Mettre des outils simples, être des référents réactifs capables de conseiller, d'aiguiller... Je suis en poste depuis quelques mois seulement et il s'agit un peu d'une année de transition, mais ma feuille de route est claire : nous ne devons pas perdre de temps et être à la hauteur de la passion et de l'énergie de ceux qui font le karaté français dans les clubs. »

SCOLAIRES : UN DOSSIER PRIORITAIRE

« Parmi les dossiers sur lesquels nous avons déjà beaucoup travaillé, figure celui du karaté en milieu scolaire. Il s'agit clairement de notre piste prioritaire pour nourrir les effectifs de nos clubs dans les années à venir et permettre à nos professeurs de travailler dans de bonnes conditions. Deux groupes de travail de cinq personnes, avec qui je suis en relation directe, ont pour mission de délivrer d'ici fin mars un plan d'actions pour que le karaté pénètre le milieu scolaire, primaire d'abord, puis secondaire, en nous appuyant sur la qualité de nos professeurs, mais aussi sur les relais qui existent déjà au sein des établissements scolaires, qu'il s'agisse de professeurs des écoles eux-mêmes karatékas ou de directeurs d'école. »

Denis Boulanger
FFKaraté

Olivier Remy
Sen No Sen

STAGE ESTIVAL KARATÉ

LA BASE
Le Temple-sur-Lot

29 juillet
02 août



ENCADRÉ PAR LE STAFF ÉQUIPE DE FRANCE

COMBAT & KATA

PRÉSENCE EXCEPTIONNELLE DES DEUX CHAMPIONS DU MONDE

MEHDI FILALI & ALIZÉE AGIER

CATÉGORIES MINIMES À U21

INFOS & INSCRIPTIONS SUR WWW.FFKARATE.FR

RENSEIGNEMENTS : 01 41 17 44 40 / STAGES@FFKARATE.FR

FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

NOUS CONNAISSONS TOUS LE GROUPE DES ARBITRES QUI ENCADRENT NOS COMPÉTITIONS DE TOUS NIVEAUX PARTOUT EN FRANCE. MAIS QUI SONT-ILS ? NOUS AVONS RENCONTRÉ LEUR REPRÉSENTANT NATIONAL. PROFESSEUR DEPUIS PLUS DE QUARANTE ANS, 7e DAN, ARBITRE MONDIAL ET RESPONSABLE DE LA COMMISSION NATIONALE D'ARBITRAGE, BRUNO VERFAILLIE INCARNE UN PARCOURS FAIT DE PASSION POUR LA DISCIPLINE, D'ENGAGEMENT SINCÈRE AU SERVICE DU KARATÉ MAIS AUSSI À CELUI DES AUTRES.

BRUNO VERFAILLIE

La force des racines

LILLE, L'ANCRAGE

J'ai commencé à pratiquer à l'âge de douze ans. Je voulais faire de l'aïkido parce que j'avais vu un reportage qui m'avait donné très envie, notamment sur la gestuelle, mais le cours était à 20h, trop tard pour moi et pour mes parents. Le cours de karaté, lui, commençait à 18h... On a convenu que je commencerai par le karaté et que j'irais faire de l'aïkido *« quand je serai plus grand »*. Nous sommes en 1973. Je suis alors le seul enfant de ce cours d'adultes, une forêt d'adultes même dans mon souvenir *(sourire)*. Je suis resté trois ans au Lille Université Club, avec René Fino comme professeur, grâce à qui j'ai disputé ma première compétition. Un souvenir inoubliable ou presque... Je suis allé jusqu'en finale, mais je n'en ai aucun souvenir car j'y ai pris un K.O. monumental. Mais c'est ce karaté engagé qui me plaisait. J'ai ensuite rejoint l'ASPTT Lille, où j'avais des cousins et qui proposait des cours aux compétiteurs. J'avais presque seize ans et, avec ma ceinture verte autour de la taille, j'avais envie de progresser, d'être fort. C'était tellement stimulant...

LE REGARD DES ADULTES

Durant ces années, j'ai eu la chance d'être soutenu par mes parents. Je suis issu d'un milieu modeste. Mon père était concierge, ma mère femme de service. Mais j'ai reçu un soutien inconditionnel de leur part à mon engagement dans ce monde d'adultes. Ils me voyaient grandir, m'épanouir. Nous avions la chance d'habiter l'école Aristide Briand, à Lille, où ils travaillaient, ce qui m'offrait un accès illimité à la salle de sport... Où je passais tout mon temps, notamment pendant les périodes de vacances scolaires durant lesquelles mes copains me pressaient de les inviter, surtout ceux du karaté, puisque le club était généralement fermé. C'était une sacrée chance, un luxe même et cela a évidemment contribué à ce que je me passionne pour le sport, et le karaté en particulier.

Au club, les adultes me protégeaient. J'y voyais un superbe état d'esprit, mais aussi le signe qu'ils appréciaient mon attitude. Ils venaient même me chercher en voiture chez moi. Je me


© Denis Boulanger / FFKaraté

souviens encore du vieux klaxon de la 2CV de l'un d'eux. Parfois, quand l'hiver est là surtout, la motivation baisse. Mais je ne pouvais pas leur faire faux bond, je devais y aller.

D'ÉLÈVE À PROFESSEUR

Un jour, je lance, un peu en l'air, que je reprendrais bien le club d'un ami et partenaire d'entraînement qui devait quitter la région pour des raisons professionnelles... Il me prend au mot. Nous sommes en 1981, je n'ai pas encore vingt ans. Avec le recul, c'était peut-être même un peu audacieux de ma part, mais on me fait confiance à ce moment-là et tout est réuni parce que je viens de passer mon DIF, que j'ai de l'énergie en moi et une certaine vision de l'enseignement, en tout cas du rapport aux autres.

FAIRE S'EXPRIMER

J'étais dans un club de compétiteurs, où il y avait une grosse opposition à chaque entraînement. C'était dur, mais cela m'a forgé et aidé à progresser vite. En combat comme en kata car je faisais aussi beaucoup de kata à l'époque. Là, j'ai rencontré des professeurs passionnants et découvert un autre groupe : celui des compétiteurs du club. C'était une deuxième famille tant on passait du temps ensemble. Nous avons tissé des liens forts. Mes modèles d'alors ? C'était ceux des magazines. J'aimais l'idée de progresser techniquement, de passer une ceinture supplémentaire. La compétition, elle, je la voyais comme un test plus qu'une recherche de performance ou de médaille. Je voulais savoir si ce que j'avais appris fonctionnait. Le karaté était un karaté très dur à l'époque. Moi qui étais très timide, cela m'a incontestablement ouvert vers les autres. Au fur et à mesure, j'ai pris confiance. Le karaté peut constituer une béquille précieuse pour des gamins introvertis comme pour ceux qui sont hyperactifs : ça canalise et ça ouvre, on s'exprime... c'est le message que doit dispenser un professeur. C'est pour cela que depuis plus de quarante ans, je suis pratiquement tous les jours sur le tatami.

AUPRÈS DE JEUNES EN DIFFICULTÉ

J'étais tellement motivé par la pratique sportive que, le baccalauréat passé, j'ai voulu en faire mon métier. Hélas, à cette époque, on nous déconseillait de nous engager dans cette filière, *« une voie bouchée »*, nous disait-on. Cela reste un petit regret, j'aurais peut-être dû forcer le destin. J'ai pensé à devenir kinésithérapeute, mais je me suis lancé dans l'enseigne-

ment, en classe, avec des élèves, et ça a duré quarante-deux ans. Rapidement pourtant, enseigner dans une classe « normale » m'a paru monotone, en tout cas répétitif pour moi. J'avais envie d'autre chose. Je me suis donc orienté vers les enfants en difficulté. Je crois surtout que je voulais aider, être utile et que ma vision de la vie, celle de karatéka, pouvait apporter et faire grandir au-delà du dojo. Enseignant « classique » durant dix ans, j'ai animé des classes lecture, puis monté un projet autour de l'apprentissage par l'audiovisuel, j'ai été soutenu par l'inspecteur de la circonscription et cela a duré dix ans aussi. Durant cette période, je dois dire que j'ai eu la chance d'avoir beaucoup de moyens à ma disposition, pour faire apprendre par l'image, en créant un festival du film pour enfants, en apportant la pratique du karaté aussi... Vraiment, c'était une approche très riche qui m'a confortée dans l'idée que l'on peut changer des trajectoires de vie, aider des jeunes à reprendre confiance et à se construire.

IMPLIQUÉ SUR MON TERRITOIRE

Quand les moyens n'ont plus été là, je me suis tourné vers le monde du handicap, pour lequel je suis devenu un enseignant référent pendant dix-huit ans. Cette nouvelle orientation était comme un prolongement en même temps que de nouvelles responsabilités. Dans ces classes spécialisées, je me sentais plus utile, tout simplement. C'était puissant, ça marchait, ça donnait du sens aux choses, ça a permis à de nombreux enfants que j'ai croisés d'entrer dans les apprentissages alors qu'ils les abhorraient ou ne s'en sentaient pas capables, le premier étant souvent la conséquence du second. J'ai donc été le référent handicap dans vingt-quatre écoles, un collège et des établissements spécialisés à Hem et Roubaix. Je suis Nordiste et je me suis impliqué sur mon territoire avec cet état d'esprit d'efficacité – que m'a indubitablement apporté le karaté, également en tant qu'élu de l'Office Municipal des Sports de Lille.

ARBITRAGE, LE PROLONGEMENT

En reprenant mon premier club en 1981, j'ai formé de nouveaux compétiteurs, mais je ne me préparais plus moi-même et, en 1988, alors que j'accompagnais mes élèves, j'ai vraiment senti qu'être sur le tatami me manquait. L'un des responsables de l'arbitrage de l'époque m'a donc proposé de démarrer l'aventure. Après un premier stage, j'ai été conforté dans cette envie, même si j'avoue que la culture du chef me paraissait un peu pesante. J'ai passé l'examen national dans la foulée, où j'étais le seul Nordiste. Puis, Georges Hernaez m'a poussé vers l'examen international alors que je devenais responsable de ce qui était alors la ligue Flandres-Artois. Cela a duré dix années durant lesquelles j'ai pu mener quelques évolutions qui, si elles ont perturbé au départ – j'en suis conscient, ont vite obtenu l'adhésion, y compris des anciens : venir plus tôt pour les responsables de tapis, rester plus tard pour les arbitres afin de débriefer le soir-même, prendre ce temps d'échange... Tout cela leur a semblé pesant mais ça a payé car le

Professeur depuis plus de quarante ans, Bruno Verfaillie est encore sur le tatami plusieurs fois par semaine.



© Denis Boulanger / FFKaraté

> *« Je connais bien les représentants des organes déconcentrés de la fédération, avec lesquels j'échange depuis de nombreuses années. »*

ensuite redescendre, via nos treize responsables régionaux, vers les responsables des départements afin que l'arbitrage soit uniforme sur l'ensemble du territoire. En tout, ce sont quatre-vingts à quatre-vingt-dix responsables de départements et de ligues qui apportent leur compétence et que nous avons le devoir de faire progresser en retour de leur engagement. Je connais bien les représentants des organes déconcentrés de la fédération, avec lesquels j'échange depuis de nombreuses années également. Responsable national de l'arbitrage, arbitre mondial, cela demande d'aller à la rencontre des gens, du temps accordé aux autres et au karaté, pour expliquer, former, développer, connaître les hommes et les femmes de l'ombre qui rendent possibles nos compétitions chaque week-end. Mais j'aime ça, je m'en réjouis, je m'en nourris. De la même façon, je regarde, bien sûr, ce qui se passe dans les groupes d'arbitrages des disciplines associées, mais nous les laissons travailler en toute autonomie, nous leur faisons confiance et ça se passe bien. Je reste à leur disposition si nécessaire.

niveau a progressé, les décisions étaient mieux comprises des compétiteurs et des coaches.

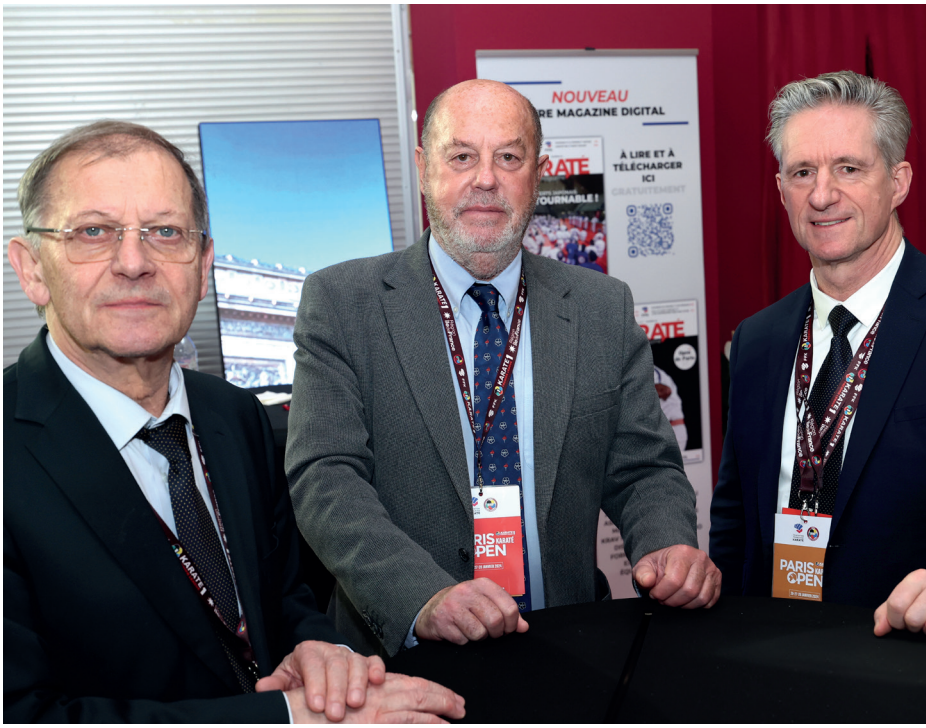
FAIRE CONFIANCE

Devenu arbitre international en 1999, j'ai ensuite intégré la Commission Nationale d'Arbitrage. Cela s'est fait naturellement, sans ambition particulière de ma part, mais avec l'envie de travailler en équipe. J'ai pris la direction de la CNA en juillet 2014, avec la même idée des évolutions à mener, auxquelles les gens étaient alors préparés : ne pas les fliquer ni générer du stress, mais au contraire donner et faire confiance, en susciter, grandir ensemble. Le management positif est au cœur du projet de la CNA. Nous avons ajouté la formation continue, des responsables de tatamis et insisté sur un management basé sur la confiance. Le problème de l'arbitrage d'alors était que les meilleurs arbitres étaient en dehors du tatami alors qu'il était nécessaire qu'ils soient sur le tapis.

AVANT TOUT DES PRATIQUANTS

Je demande, j'incite en tout cas les arbitres à réviser leurs katas avant de venir sur les week-ends de compétition, à continuer à combattre aussi. Beaucoup pratiquent, à gros volume même pour certains. C'est très important car c'est aussi là que se trouve notre légitimité. Nos racines de pratiquants sont très importantes, essentielles.

Je ne propose pas beaucoup de stages en tant que responsable de la CNA car je fais confiance : nous avons des temps d'échanges, notamment en début de saison, et les informations doivent



© Denis Boulanger / FFKaraté

Bruno Verfaillie, en compagnie des présidents Francis Didier (FFK) et Antonio Espinos de la fédération mondiale (WKF) : discussions autour des règles d'arbitrage internationales.

TROUVER L'ÉQUILIBRE

J'enseigne depuis quarante ans dans deux clubs, à l'ASPTT Lille et Templemars Karaté Club. Nous



© Denis Boulanger / FFKaraté



sommes vingt-deux professeurs pour dispenser trente-cinq heures de cours par semaine. Personnellement je donne encore des cours les lundis, mardis, mercredis et jeudis pour presque dix heures en tout. Ma motivation ? La fidélité à un projet, la fidélité aux hommes aussi. Depuis 1981, certains sont toujours là et il s'est créé un lien indéfectible. Mes responsabilités croissantes dans l'arbitrage m'ont obligé à adapter ma présence au club. Mais, pour être honnête, je n'ai pas ressenti de difficulté particulière, parce que je me suis appuyé sur la force du groupe. J'ai ainsi passé le relais pour certains cours à Alexandre Pavy, que j'ai vu arriver enfant au club.



© Denis Boulanger / FFKaraté

Avec Dominique Valéra, Medhi Filali et Steven Da Costa, deux générations de champions du monde, mais aussi chez lui (photos du haut) où il cultive culture zen et travail.

REGARDER DEVANT

L'écoute me paraît essentielle, l'envie de voir les autres grandir, s'affirmer, gagner en expérience et en compétence aussi. À l'image de la filière des jeunes arbitres que nous mettons en valeur depuis des années au sein de notre fédération parce que c'est concret et efficace : je me réjouis de voir que Jérémy Sutera-Sardo est devenu arbitre mondial et prenne des responsabilités au sein de la CNA après être passé justement par cette voie des jeunes arbitres. J'ai personnellement arbitré mes derniers championnats du monde à Budapest en octobre dernier mais, là aussi, je sais que nous avons mis collectivement des choses en place pour que l'arbitrage français continue de grandir. Jérémy et Sébastien Uhring, juge mondial, incarnent cette ambition, cette exigence que nous nous sommes imposée et l'esprit du travail d'équipe qui me tient à cœur. La suite pour moi ? Continuer de servir le karaté, sur le socle d'une fédération forte. Ma candidature à la présidence de la FFKaraté ? Elle s'inscrit dans cet état d'esprit, mais ce n'est, je crois, pas le support pour l'évoquer, je communiquerai publiquement sur le sujet. Nous sommes au travail pour cette saison sportive et chaque chose doit être à sa place.

« Je sais que nous avons mis collectivement des choses en place pour que l'arbitrage français continue de grandir. »

Denis Boulanger
FFKaraté

Olivier Remy
Sen No Sen

14ÈME RASSEMBLEMENT NATIONAL

WADO-RYU

SAM-DIM
28-29
SEP.

PÔLE FRANCE
CASTELNAU-LE-LEZ





SAMEDI
14H-18H
TOUT LE MONDE

DIMANCHE
09H30-11H30
POUR LES
6ÈME DAN
ET PLUS

TARIFS
20 €
DÎNER COMPRIS

INFOS
FFKARATE.FR

CONTACT
06 08 43 04 80

2023 - 2024

4
INTERVENANTS

PATRICE BELRHITI EXPERT FÉDÉRAL 9ÈME DAN
MICHEL MULLER EXPERT FÉDÉRAL 8ÈME DAN
TRAN HIEU 7ÈME DAN
JOSY GARDIER 7ÈME DAN

FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

STAGE DONNANT 1 POINT POUR LES GRADES

comquest

EN PROGRESSION CONSTANTE, LE VAROIS DE VINGT-DEUX ANS A DÉCROCHÉ L'OR EUROPÉEN EN PARA-KARATÉ CATÉGORIE DÉFICIENCE VISUELLE. UNE TRAJECTOIRE PEU COMMUNE POUR UN COMPÉTITEUR QUI SE PROJETTE LOIN.



NOHAN DUDON

Tel un aigle impérial

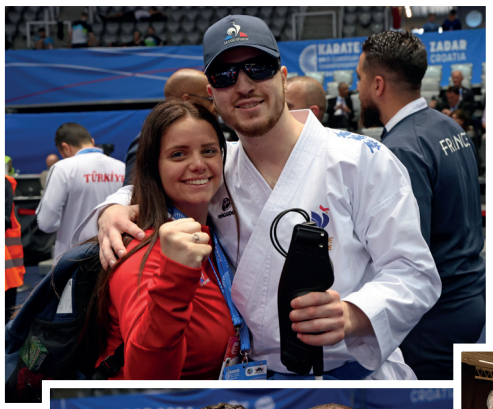


C'est à l'âge de trois ans que Nohan Dudon, atteint du syndrome de Lyell, perd la vue. Ses parents l'inscrivent un an plus tard au karaté. Sur les tatamis, il crée du lien et trouve son terrain d'expression. « *Pour moi, le karaté a longtemps été un simple loisir. En revanche, dès le début, j'ai pratiqué avec les valides. Je ne pensais même pas à faire des compétitions para, d'autant que ce n'était alors pas développé. Je m'adaptais à mes partenaires, ils s'adaptaient à moi, et il n'y avait plus de différence entre eux et moi.* » Un plaisir simple de pratiquer qui prend une tout autre dimension au début des années 2010. Le néo-champion d'Europe raconte. « *J'ai participé à mes premières compétitions nationales au collège, puis à mes premiers championnats de France kata en 2016. Je me mesurais encore aux valides. Quand j'arrivais sur le tatami avec ma casquette et mes lunettes de soleil, il y avait des regards évidemment, sans doute quelques réticences, il a fallu expliquer, mais ça a été accepté au fur et à mesure. En parallèle, le para-karaté commençait à se développer.* » Lui trouve la clé de l'apprentissage. « *Quand j'ai commencé, je travaillais avec des élastiques, des poids, des mannequins, pour sentir la position. J'ai un petit peu de vision, donc je pouvais aussi me baser sur des vidéos, les grossir, les regarder au ralenti. Je travaille avec des gens performants, qui savent me transmettre les bonnes informations à l'oral pour m'expliquer, par exemple, quel muscle contracter pour tenir telle posture.* »

TROP JEUNE POUR LES EUROPE 2018

L'adolescent se fait petit à petit un nom, et trouve sa place. « *En 2018, je suis devenu champion de France para. Étant mineur, je n'ai pourtant pas pu participer aux championnats d'Europe. Alors j'ai attendu mon tour, je me suis préparé, j'ai pris*





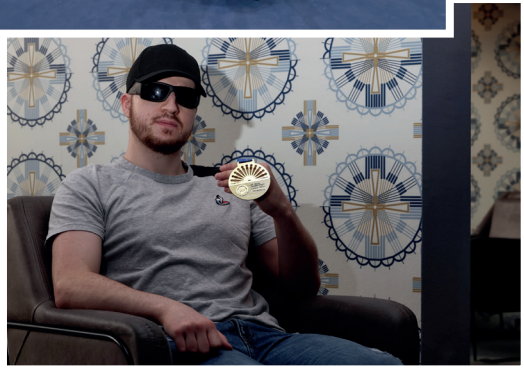












Denis Boulanger
FFKaraté

Mélaine Cochonneau
Sen No Sen

part à d'autres compétitions, j'ai fait des médailles, et j'ai progressé dans ma pratique. » Si le covid-19 prive Nohan de plusieurs occasions, il peut finalement participer à ses premiers mondiaux en 2021. « *J'en suis reparti avec une médaille d'argent, et ça a été le début d'une belle série. J'ai enchaîné avec tous les championnats internationaux les années suivantes, avec un podium à chaque fois. J'ai aussi eu la sensation de m'améliorer de compétition en compétition, d'arriver plus fort à chaque fois... Une nécessité parce que tous mes adversaires progressent aussi régulièrement.* »

UN BOND DANS LA PRÉPARATION

Pour enfin accrocher son titre continental après deux médailles de bronze en 2022 et 2023 et une nouvelle médaille mondiale en octobre dernier, le karatéka s'est préparé à tous les niveaux, montant d'un cran tous les curseurs de l'exigence. « *Ces derniers mois, j'ai changé de club, d'entraîneur, d'université, de ville. J'ai signé à l'AAS Sarcelles, et j'ai commencé à travailler différemment avec Ahmed Zemouri, Manon Spennato et Lucas Jeannot. J'ai toujours eu beaucoup de puissance et de force dans mes katas, mais je pêchais en technique. J'ai donc travaillé sur la finesse de mes trajectoires et de mes positions.* » La clé, c'est aussi cette préparation mentale mise en place pour aborder la compétition dans un bon état d'esprit. « *Pour pouvoir m'exprimer pleinement, poser mes appuis, être précis dans les gestes, je devais gagner en sérénité. Avec l'équipe, nous nous sommes concentrés sur une ambition : être impérial.* »

Dans sa catégorie à Zadar, Nohan Dudon a fait face aux meilleurs. « *Ma poule était restreinte. Je n'ai eu qu'un tour éliminatoire que j'ai passé sans accroc, ce qui m'a envoyé directement en finale. Je suis resté à l'écoute de mes sensations, sans penser aux petits problèmes, aux bruits dans la salle. Je me devais de confirmer ma place. J'étais prêt pour ça, et je savais que c'était mon moment.* » Un état d'esprit qui l'a porté jusqu'à la victoire, avec un écart de presque quatre points sur son adversaire. « *Je me suis senti bien tout du long. Et quand les Français ont crié très fort à l'annonce des résultats, j'ai compris que j'avais gagné. À ce moment-là, j'étais dans un état second. Vraiment une très belle sensation...* » Un moment partagé avec sa famille, qui l'a soutenu à distance. « *Ils étaient tous devant la télévision pour m'encourager, et ont crié de joie à l'annonce de ma victoire. Ils ont même tiré des feux d'artifice dans mon quartier de Vins-sur-Caramy.* »



© Photos : Denis Boulanger / FFKaraté

Bruno Verfaillie « Para, l'esprit de combat »

Avec trois médailles pour cinq engagés et un esprit qui donne un éclat unique au collectif, les représentants français en para-karaté ont une nouvelle fois brillé. Des parcours, un bloc souriant et performant qui irrigue le collectif France tout entier, y compris l'ensemble de l'équipe d'encadrement (Yann Baillon, Olivier Beaudry, Nadir Benaïssa, Alexqndre Biamonti, Lucas Jeannot, Ayoub Neghliz, Manon Spennato), les kinés (Gwenaëlle Delalande, Guillaume L'Huby), le « doc » Maxime Virassamy mais aussi les élus qui avaient fait le déplacement, dont Bruno Verfaillie. Pas vraiment un hasard. *« Les performances de Nohan, Jordan, Virginie, Alexandre et Charlène me touchent car j'ai moi-même la chance de voir, dans mon club de l'ASPTT Lille, ce que cela demande d'engagement et de travail »*, soulignait, ému, le président de la commission nationale d'arbitrage sollicité pour son avis technique en amont de la compétition, mais qui enseigne aussi à Bilel Ahrouch. *« Un karatéka trisomique qui avait brillamment réussi son passage de deuxième dan quelques jours plus tôt après neuf ans de pratique. J'ai eu la chance, lors de mes dix-huit dernières années de carrière dans l'enseignement scolaire, de comprendre mieux ces hommes et ces femmes porteurs de handicap. Ces médailles, ces prestations en soi, sont donc vraiment l'expression de beaucoup de travail de leur part, l'esprit de combat au sens propre du terme. À Zadar, nous sommes restés à notre place, là pour les encourager et les féliciter surtout, mais cette proximité, cette vie de groupe de l'équipe de France, sont un régal. Quand Nohan nous lance "Je me suis préparé pour gagner " et qu'il file gagner sa finale, quand on voit Jordan changer de visage et entrer en concentration au moment de monter sur le tatami après ses moments de fusion avec Ayoub* (Neghliz), *ou Virginie venir serrer Alexandre dans ses bras, ce sont à la fois des instants intimes et des moments qui nous rendent fiers d'avoir ces combattants qui nous représentent.»*

JORDAN FONTENEY, la preuve par cinq !

Le Toulonnais Jordan Fonteney, membre de l'équipe de France de para-karaté depuis près de dix ans, déjà sacré au niveau continental en 2018, vice champion d'Europe lors de la dernière édition et deux fois médaillé de bronze (2019 et 2022) a réalisé une jolie performance à Zadar. Son père André, toujours à ses côtés avec Ayoub Neghliz, en parle avec fierté. *« Jordan a énormément travaillé pour ce championnat, avec deux à trois entraînements par jour, et des nouvelles choses mises en place comme de la musculation. Nous avions déterminé tous ensemble un objectif : la première place. Mais je ne suis absolument pas déçu de sa performance. Il a décroché une très belle troisième place. »* Une cinquième médaille européenne qu'il a fallu aller chercher. *« Dans sa poule, Jordan est tombé sur le champion en titre, l'Italien Mattia Allesina, qui l'avait battu en finale l'an passé déjà. Il est resté derrière lui tout au long de la compétition. Il espérait gagner avec toute la préparation qu'il y avait derrière, mais le tirage au sort a certainement fait la différence. À lui de se remettre au travail maintenant, pour passer ce cap. »* Une troisième place accompagnée de beaucoup d'émotion. *« Depuis qu'il est en équipe de France, la sœur de Jordan, Megan, n'avait jamais fait le déplacement. Elle a décidé de lui faire une surprise à Zadar, et est venue l'encourager dans les tribunes et l'embrasser après son podium. C'était un grand moment de joie. »* Communicative à l'ensemble de l'équipe de France dont il est devenu, au fil des années, comme un porte-bonheur.





VIRGINIE BOYER, « la flamme du groupe »

Virginie Boyer, quarante-neuf ans, n'en était pas à son premier championnat d'Europe en kata fauteuil, une compétition qu'elle aime vivre avec l'équipe de France. *« Je me suis très bien sentie, autant pendant la préparation que la compétition. J'ai beaucoup apprécié l'ambiance de l'équipe, qui a pas mal évolué ces derniers temps. Il y a vraiment une flamme particulière dans notre groupe. »* Une ambiance qui l'a clairement poussée vers le haut en termes de performance. *« J'ai eu quelques problèmes physiques cette année, mais on m'a tout de même fait confiance pour ce championnat. J'obtiens une médaille de bronze, et je monte une nouvelle fois sur le podium, ce qui a toujours été le cas depuis 2019. Je suis heureuse de vivre tout cela à mon âge, et d'avoir toujours autant de plaisir à pratiquer. Le karaté, je l'ai dans la peau »*, explique la souriante Aixoise, déjà concentrée sur la suite. *« Je repars encore plus déterminée, avec de bonnes idées, des axes d'amélioration donnés par Manon Spennato et Lucas Jeannot. Je veux passer un palier et arriver en finale l'année prochaine. Je suis en très bonne forme physique et je sais que j'en suis capable. »*

ALEXANDRE SCHOEGEL, au bout de lui-même

Il s'est démené. Alexandre Schoegel, qui représentait la France en fauteuil, a vécu ces championnats d'Europe avec une escarre au dos. *« Le médecin m'a dit que je ne devais faire subir aucun frottement à mon dos. Je voulais absolument participer à cette compétition, donc j'ai enlevé le dossier de mon fauteuil. Je me suis beaucoup entraîné, j'ai progressé, et je suis arrivé super motivé à Zadar. »* Malgré sa blessure, le Gardéen s'est battu lors de ses trois tours. *« Je termine quatrième de mon premier tour, puis troisième du second. Je perds finalement ma petite finale d'un point face au vice champion du monde en titre, l'Italien Valerio Di Cocco, et termine ainsi cinquième de cette compétition. La concurrence est forte dans la catégorie, avec un niveau élevé, c'est comme ça, je continue d'apprendre. »* Une compétition dont il attendait sa première médaille continentale, mais après laquelle il tire pourtant du positif. *« J'ai tout donné, j'étais en transe, épuisé même après mon dernier passage. Il m'a manqué un petit peu de puissance et de force, mais je suis heureux de savoir que je suis allé au bout de moi-même. Je serai à la prochaine compétition, j'y pense déjà, et je sais que ça sera différent. »*





CHARLÈNE ODIN, si proche du bronze

Charlène Odin, médaillée de bronze aux championnats du monde en 2021, médaillée européenne 2022, cinquième l'an passé de l'épreuve continentale après l'avoir emporté en 2019, est repartie de Zadar avec une nouvelle cinquième place. Une déception, après une médaille de bronze qu'elle a laissé échapper de peu, mais une nouvelle étape qui construit la vie de la Bretonne de trente-deux ans, comme le confie sa sœur Céline, toujours présente à ses côtés. *« Ça a été une belle compétition. Charlène a malheureusement eu un déséquilibre sur son premier kata, ce qui l'a fait sortir troisième de sa poule. Elle a néanmoins réalisé un magnifique kata pour la médaille de bronze, ne s'inclinant que de 0,4 point. »* Il s'en est fallu de rien. *« Cette salle de Zadar était en forme de dôme, presque comme une arène. Charlène m'a dit "Je suis le lion". Là, j'ai compris qu'elle rentrait dans son mode guerrière. Après son premier passage, elle ne s'est pas laissé démotiver, elle est repartie sur le tatami avec l'objectif de tout casser, et elle a tout donné. C'est comme cela que l'on avance et c'est ce que je veux retenir. »*

Denis Boulanger / FFKaraté — OR et MC / Sen No Sen

OFFICIEL KARATÉ magazine

FFK

POUR (RE)LIRE TOUS LES NUMÉROS

D'OFFICIEL KARATÉ magazine,

C'EST ICI

