KYOKUSHINKAI // DANS L'ANTRE DE COUBERTIN P.3
EXPERT // SERGE SERFATI P.12
LIGHT ET FULL CONTACT // NÎMES A LANCÉ 2025 AVEC BRIO P.16
WUSHU // UN OPEN DE FRANCE *VERY* NICE P.16

JANVIER 2025 **NUMÉRO #22**

OFFICIEL KARATÉ magazine



PARIS OPEN
KARATE1-PREMIER LEAGUE
J-7

L'ÉDITION 2025 EN DIX QUESTIONS

FÉDÉRATION : LE BUREAU ÉXÉCUTIF ÉLU P.10

ÉDITO

BIENVENUE À PARIS

Mesdames, Messieurs, Cher(e)s Ami(e)s du karaté,

Quel plaisir d'accueillir à Paris le Karate1-Premier League ! Je souhaite à toutes et tous les karatékas du monde la bienvenue en France.

C'est aussi un honneur d'organiser ce qui est la plus grande compétition du circuit mondial, du 24 au 26 janvier prochains, dans notre mythique Stade Pierre de Coubertin qui a déjà accueilli tant de générations de champions de notre chère discipline.

Mais le karaté, ce sont aussi des valeurs humaines que nous allons partager entre nous et avec tous les spectateurs du monde entier : loyauté, honneur, respect, humilité, détermination, amitié...

En ma qualité de président de la Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées, je suis heureux de recevoir Monsieur Antonio Espinos, président de la WKF, les athlètes, leurs encadrants, et l'ensemble des membres de l'organisation qui viennent jusqu'à nous pour prendre part à cet événement majeur. Merci à eux et à vous tous qui les encouragerez dans les gradins ou sur les réseaux sociaux et sites dédiés que nous listons dans ce magazine qui répond à dix questions sur cet Open.

Paris, la « Ville Lumière », sera notre capitale mondiale lors de ce Karate1-Premier League. Gageons que toutes ces lumières seront dirigées vers les tatamis du karaté durant ces trois jours.

Bruno Verfaillie,
Président de la Fédération Française de Karaté
et Disciplines Associées



© Denis Boulanger / FFKaraté

SOMMAIRE

ACTUALITÉS ..... P. 3 et 16
LE PARIS OPEN KARATE1-PREMIER LEAGUE EN 10 QUESTIONS ..... P. 4
UNE ÉQUIPE EN ORDRE DE MARCHE ... P.10
SERGE SERFATI VIVRE AU PRÉSENT P.12
OPEN DE PARIS P.17

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
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, Bruno Verfaillie (Directeur de la publication), 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.

ACTUALITÉS

KYOKUSHINKAÏ /// Dans l'antre de Coubertin



© Aurélien Morissard

De l'impact pour lancer la saison… et pas n'importe où ! Après l'INJ l'an passé, c'est l'antre de Coubertin qui s'apprête à accueillir cette année la coupe de France kyokushinkaï. Événement phare de la saison, qui avait ouvert la porte aux étrangers il y a deux ans, avec un bel enthousiasme en retour, verra de nouveau cette année Espagnols, Belges et Suisses débarquer à Paris. Mais cette édition 2025, dans la logique d'une progression constante du rendez-vous, promet aussi de voir un public moins expérimenté, aux côtés d'Antonio Tusseau, Nolan Blatry et autre Gino Consentino.

La nouveauté n'en sera pas tout à fait une puisque l'idée avait été lancée l'an passé, mais la catégorie « novices » seniors devrait prendre du volume du côté de la Porte de Saint-Cloud. Jacky Lajoinie, président de la commission nationale kyokushinkaï en est convaincu. *« Il existe une demande réelle, de la part des clubs, pour que des combattants et des combattantes, car cette catégorie concerne les masculins et les féminines, qui débutent ou ont peu d'expérience de la compétition, puissent s'exprimer, sans devoir faire face à des champions très expérimentés. Faire un long voyage pour perdre sèchement au premier tour, c'est toujours frustrant. Nous souhaitons répondre à ce besoin avec cette catégorie qui s'adresse à celles et ceux qui n'ont jamais fait de podium. Nous attendons donc toujours plus de combattants et de clubs qui ont là une proposition à faire à leurs élèves. J'en profite pour rappeler que la carte de coach sera exigée pour coacher les compétiteurs.»* La date limite d'inscription est fixée au 26 janvier. Une chose est sûre : comme lors des éditions précédentes, le niveau promet d'être élevé et l'ambiance au rendez-vous, dans le chaudron de Coubertin tout juste remis du Paris Open Karate1-Premier League et déjà prêt à vibrer à nouveau pour le pied-poing.
Toutes les informations sont à retrouver ici

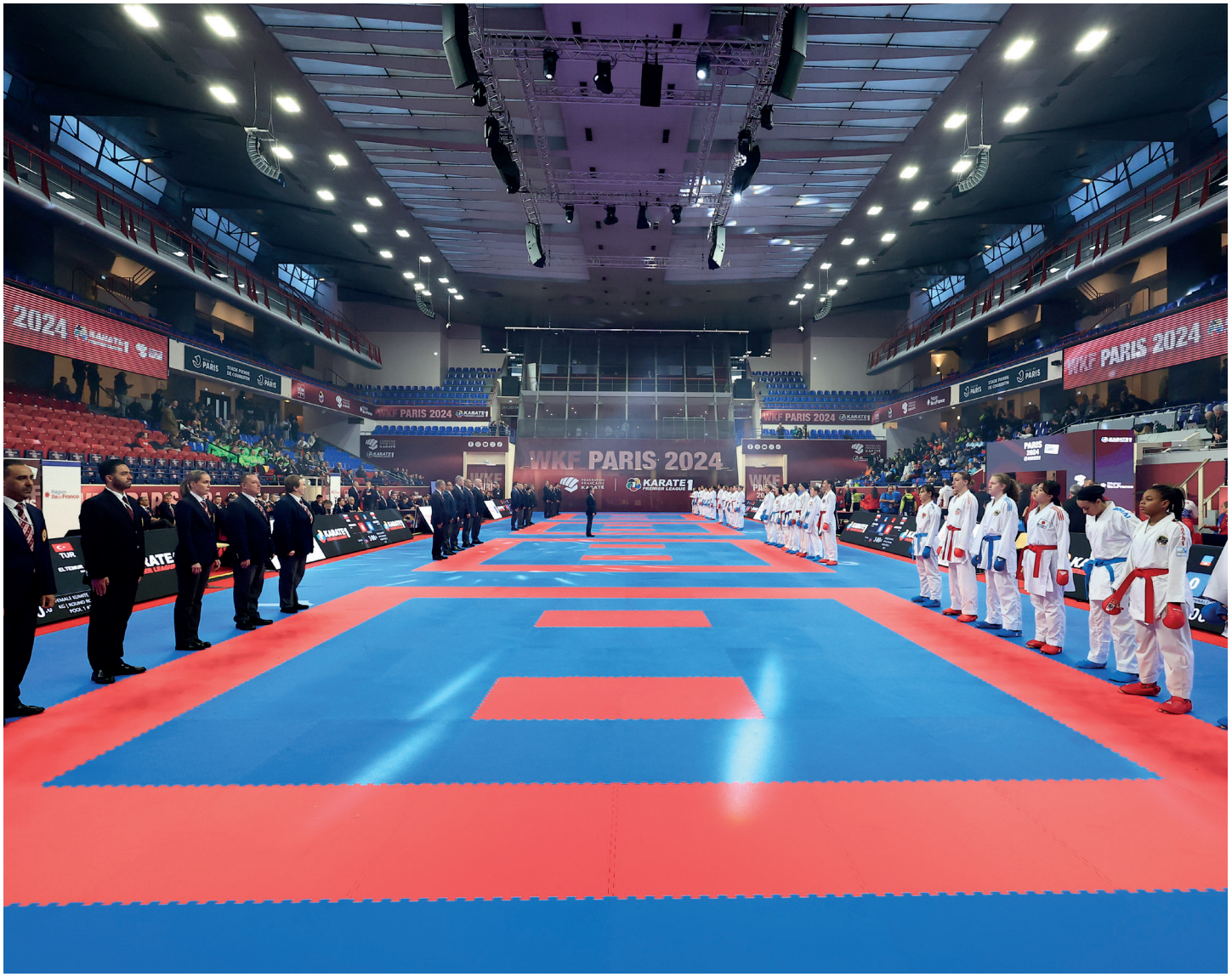
KRAV-MAGA /// Stage avec Itay Gil

Venu pour la première fois en France en 2017, Itay Gil, 8e dan, ancien commandant au sein des forces spéciales israéliennes, puis instructeur de combat corps-à-corps au sein de l'équipe de sécurité de la présidence, a pris la bonne habitude de venir régulièrement à la rencontre des pratiquants français. Il sera à Paris, au CREPS Île-de-France de Châtenay-Malabry, le dimanche 2 février prochain pour un cinquième stage en France. Mohamed Moussaoui, expert fédéral en charge du krav-maga avec Alain Formaggio, annonce les contours de ce stage attendu. *« Pour ce premier stage de l'année 2025, qui sera suivi d'un autre en mars avec Meni Mehabad* (8 mars à l'INJ), *nous avons le plaisir de retrouver Itay Gil. Cet expert des forces spéciales fait consensus sur son approche et la qualité de travail. Il avait attiré près de deux-cents stagiaires à Montpellier l'an passé et j'espère que nous serons aussi nombreux à en profiter cette année. Nous avons, Alain en moi, sollicité les clubs en ce sens, y compris ceux qui le connaissent déjà puisqu'il vient avec une proposition technique différente à chaque fois, et c'est ce qui rend ce lien avec lui passionnant. »*
Un expert de premier plan, qui dispense aussi un message d'humilité face aux situations, comme il nous le rappelait il y a quelques mois dans un échange sur l'adaptation. *« Je tiens à garder cette conception opérationnelle. L'efficacité pure guide mon travail. Je ne considère pas la self-défense comme un sport. On ne se touche pas les gants avant de combattre, personne ne peut jeter l'éponge, et les issues se limitent à la vie ou à la mort (…) Si une quelconque pratique martiale reste un atout, aucune n'optimise la défense personnelle comme nous le faisons… même si, et j'insiste sur ce point, il faut avoir conscience que cela n'assure en rien cent pourcents de réussite. Si quelqu'un reste à distance et tire sur l'un de mes organes vitaux, je mourrai probablement, malgré tout mon entraînement, ma diététique, et mon expérience. »*
Toutes les informations sont à retrouver ici


© Etienne Urvoy

LE PARIS OPEN KARATE1-PREMIER LEAGUE en 10 questions

TROIS JOURS, 384 ATHLÈTES, 4000 SPECTATEURS (DONT VOUS, ON L'ESPÈRE !), LE PARIS OPEN KARATE1-PREMIER LEAGUE PROMET D'ÊTRE DE HAUT NIVEAU. DIX QUESTIONS ET AUTANT DE RÉPONSES POUR TOUT SAVOIR SUR CET ÉVÉNEMENT INCONTOURNABLE DU CIRCUIT MONDIAL.



© Aurélien Morissard

1 QUEL PROGRAMME ?



© Aurélien Morissard

vendredi 24 janvier

09h00 kata féminin
10h30 combat masculins -60kg
12h00 combat féminines -50kg
13h30 combat masculins -67kg
15h00 combat féminines -55kg
16h30 combat masculins -75kg
18h15 quarts de finale et demi-finales kata féminines
18h45 quarts de finale combat -60kg/-50kg/ -67kg/-55kg/-75kg
19h35 demi-finales combat -60kg/-50kg/ -67kg/-55kg/-75kg

Samedi 25 janvier

09h00 kata masculin
10h30 combat féminines -61kg
12h00 combat masculins -84kg
13h30 combat féminines -68kg
15h00 combat masculins +84kg
16h30 combat féminines +68kg
18h15 quarts de finale et demi-finales kata masculins
18h45 quarts de finale combat -61kg/-84kg/ -68kg/+84kg/+68kg
19h35 demi-finales combat -61kg/-84kg/ -68kg/+84kg/+68kg

Dimanche 26 janvier

10h05 bronze kata féminin
↳10h27 finale kata féminin
10h39 bronze combat masculins -60kg
↳11h01 finale combat masculins -60kg
11h13 remise des médailles
11h23 bronze combat féminines -50kg
↳11h45 finale combat féminines -50kg
11h57 bronze combat masculins -67kg
↳12h19 finale combat masculins -67kg
12h31 remise des médailles
12h41 bronze combat féminines -55kg
↳13h03 finale combat féminines -55kg
13h15 bronze combat masculins -75kg
↳13h37 finale combat masculins -75kg
13h49 remise des médailles
15h05 bronze kata masculin
↳15h27 finale kata masculin
15h39 bronze combat féminines -61kg
↳16h01 finale combat féminines -61kg
16h13 remise des médailles
16h23 bronze combat masculins -84kg
↳16h45 finale combat masculins -84kg
16h57 bronze combat féminines -68kg
↳17h19 finale combat féminines -68kg
17h31 remise des médailles
17h41 bronze combat masculins +84kg
↳18h03 finale combat masculins +84kg
18h15 bronze combat féminines +68kg
↳18h37 finale combat féminines +68kg
18h49 remise des médailles

2 QUI SONT LES FRANÇAIS(E)S ENGAGÉ(E)S ?

Après les dix-sept représentants français en 2024, ils seront vingt-trois qualifiés (dix féminines et treize masculins) cette année.

Féminines Silya Abdesselem (-55kg, 23e mondiale), Alizée Agier (-68kg, 4e mondiale), Niswa Ahmed (-50kg, 44e mondiale), Léa Avazéri (-61kg, 17e mondiale), Tiphaine Bonnarde (-50kg, 34e mondiale), Chloé Breuzard (-50kg, 22e mondiale), Nancy Garcia (+68kg, 7e mondiale), Thalya Sombé (-68kg, 5e mondiale), Helvétia Taily (kata, 27e mondiale), Sydney Yvon (-61kg, 19e mondiale).

Masculins Hugo Assemat (-75kg, 58e mondial), Enzo Berthon (-75kg, 3e mondial), Kilian Cizo (-75kg, 40e mondial), Mehdi Filali (+84kg, 6e mondial), Amine Hellal (-60kg, 25e mondial), Thomas Klemz (kata, 24e mondial), Thanh-Liêm Lê (-75kg, 29e mondial), Rayyan Meziane (-60kg, 13e mondial), Franck Ngoan (kata, 48e mondial), Younesse Salmi (-67kg, 30e mondial), Sami Tas (-60kg, 44e mondial), Yanis Tas (-67kg, 26e mondial), Amir Zouaoui (+84kg, 19e mondial).

3 QUELS SERONT LES GRANDS CHAMPIONS PRÉSENTS ?

En plus des leaders français, notamment notre champion du monde des +84kg Mehdi Filali, ce Paris Open Karate1-Premier League promet du spectacle, avec la présence notamment des trois Égyptiens Abdalla Abdelaziz (champion du monde 2023 et numéro 1 mondial des -75kg), Feryal Abdelaziz (championne olympique 2021 en -68kg) et Youssef Badawy (double champion du monde 2021 et 2023 et numéro 1 mondial des -84kg). Sont aussi attendus les Turcs Ali Safuoglu (triple médaillé mondial kata et champion du monde en titre) et Tuba Yakan (championne du monde en titre des -55kg), l'Iranien Sajad Ganjzadeh (champion olympique 2021, quadruple médaillé mondial dont le titre de 2016 en +84kg), la Bulgare Ivet Goranova (championne olympique 2021 des -55kg et vice championne du monde 2023), le Grec Christos Stefanos Xenos (numéro 2 mondial, champion du monde et d'Europe en titre des -60kg) et la Kazakhstanaise Moldir Zhangbyrbay (championne du monde en titre des -50kg)

4 QUI POUR SUCCÉDER À THALYA SOMBÉ ?

Victorieuse et éclatante l'an passé en -68kg, la désormais double championne du monde espoirs succédait il y a douze mois, et à tout juste vingt ans, à d'autres combattants français prestigieux depuis la première édition de l'Open de Paris en 1997, qui avait notamment vu la victoire cette année-là de Damien Dovy en -68kg et celle de Sonia Pallin en -60kg. Fera-t-elle le doublé ? C'est possible.



5 QUI A REMPORTÉ LE PLUS DE FOIS L'OPEN ?

Lors de cette édition 2025, Alizée Agier a la possibilité d'accrocher une sixième médaille d'or dans la compétition après 2015, 2017, 2018, 2022 et 2023... pour égaler le record codétenu à ce jour par Alexandra Recchia (2007, 2008, 2013, 2014, 2015, 2016) et le Vénézuélien Antonio Diaz (2002, 2003, 2005, 2010, 2011, 2012) en kata. Parmi les Français(e)s à qui la compétition a souvent réussi, on peut aussi citer Nadège Aït-Ibrahim, qui s'est imposée à cinq reprises à Coubertin (2011, 2012, 2014, 2015, 2018), comme la technicienne Myriam Szkudlarek (1998, 1999, 2000, 2002, 2005), alors que Tiffany Fanjat (2006, 2010 -68kg et Open, 2011), Yann Baillon (2000, 2002, 2005, 2006) et Seydina Baldé (1998, 1999, 2000, 2005) sont montés quatre fois sur la première marche.



6 COMMENT EST ORGANISÉE LA KARATE1-PREMIER LEAGUE ?

Lancé en 2011, le circuit Karate1-Premier League regroupe les trente-deux meilleur(e)s athlètes de chaque catégorie et compte quatre dates dans l'année. Après Paris* (France), Antalya (Turquie), Le Caire (Égypte) et Casablanca (Maroc) en 2024, ce sont Paris, Hangzhou (Chine, en mars), Le Caire (en avril) et Rabat (Maroc, en mai) qui figurent au calendrier 2025. Ces quatre tournois sont les plus prestigieux, le circuit mondial WKF s'appuyant aussi sur les Karate 1-Series A (Athènes, Larnaca et Salzbourg en 2024; Tbilissi en janvier, Larnaca en février, Salzbourg en septembre et Kuala Lumpur en octobre 2025) et les Youth League (Fujairah, La Corogne, Porec, Cancun et Venise en 2024; Fujairah en février, Guadalajara en avril, Porec en juin, Monterrey en août et Venise en décembre 2025).

**Le Paris Open Karaté marquait son retour dans le circuit Karate1-Premier League après trois ans d'absence.*

8 COMMENT SUIVRE LA COMPÉTITION ?

L'ensemble des phases de poule, quarts de finale et demi-finales (vendredi 24 et samedi 25 janvier) sera à suivre en direct sur :

La chaîne *YouTube de la World Karate Federation* (@WKFKarateWorldChamps)

La page de la compétition

Ainsi que sur le site de la fédération

et les réseaux sociaux

FFK - Fédération Française de Karaté

@ffkarate

@ffkarate

@parisopenkarate

@ffkarate

@parisopenkarate

7 COMMENT FONCTIONNE LA « STANDING » ?



Mise en place par la fédération mondiale en vue des Jeux olympiques de Tokyo, la standing mondiale s'appuie sur trente-deux événements pour établir le classement de chaque catégorie, lequel devient qualificatif pour les championnats du monde seniors individuels qui se dérouleront du 27 au 30 novembre prochains au Caire, en Égypte. Entrent ainsi en ligne de compte : les championnats du monde 2023 (les champions du monde 2023, dont les Français Steven Da Costa et Mehdi Filali, étant directement qualifiés pour l'édition 2025), les championnats continentaux 2024 et 2025, ainsi que les Karate1-Premier League, les Karate 1-Series A et les Youth League des deux dernières saisons. Chaque événement bénéficie d'un coefficient. Seront ainsi directement qualifiés pour les championnats du monde 2025 les huit premier(e)s du classement dans chaque catégorie. La liste des participants sera complétée par les trois meilleurs athlètes continentaux dans chaque catégorie qui ne seraient pas déjà qualifiés dans la ranking et les trois premiers de chaque catégorie lors du tournoi mondial qualificatif (non qualifiés dans les phases précédentes) que la France accueillera, à Paris, du 17 au 19 octobre.

9 OÙ VOIR LES FINALES ?

Deux possibilités là-aussi : y assister *(lien de la billetterie ci-contre)* ou regarder les finales et les places de trois en direct sur *Sport en France*

10 QUELS SONT LES ENJEUX ?



Avec Yann Baillon, directeur technique national

« Il y a deux objectifs dans ma vision de DTN. Le point de vue de la performance, la réussite des Français à l'Open de Paris évidemment. Mais ce Paris Open Karate 1-Premier League poursuit aussi un deuxième objectif, davantage axé sur la communication, avec un événement majeur sur le plan international qui permet au karaté français de se retrouver, et d'être derrière nos combattants et techniciens pour les voir briller. C'est la deuxième année que la compétition a réintégré le circuit Premier League, avec l'enjeu des podiums et des médailles bien sûr, mais aussi des points à marquer à la standing dans un parcours qui doit permettre à un maximum de nos combattants de se qualifier directement pour les championnats du monde au Caire fin novembre. L'objectif va donc être de placer le maximum de Français sur les podiums sur cet Open de Paris et qu'ils emmagasinent le maximum de points, sachant qu'une victoire en Premier League compte autant qu'un titre continental. Une victoire à Paris pour des compétiteurs déjà bien placés à la standing assurera donc quasiment une place aux championnats du monde. Je pense notamment à Enzo Berthon, le mieux classé chez les masculins, à la deuxième place de la standing en -75kg, ou Alizée Agier, quatrième en -68kg *(voir notre récapitulatif par ailleurs)*. L'Open de Paris donne donc un peu le top départ de cette dernière ligne droite, et peut déjà être décisif. Vingt-trois Français sont qualifiés. Ils ne sont pas tous dans les trente-deux meilleurs mondiaux, mais certains ont été repêchés en fonction des forfaits. Il faut en profiter, mais il ne faut pas se tromper d'objectif, ne pas se perdre dans cette standing, dans cette qualification individuelle, parce que c'est un peu le risque et la leçon de ce qui s'est passé avant les Jeux de Tokyo, au détriment du travail de cohésion et de l'entité « équipe de France ». Le prochain objectif, ce n'est pas Paris, mais bien les championnats d'Europe. L'Open de Paris est une compétition qui va permettre de se préparer, de se sélectionner ou de se présélectionner. »



Denis Boulanger
FFKaraté

Textes
Olivier Remy
Sen No Sen

UNE ÉQUIPE EN ORDRE DE MARCHE

À L'ISSUE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 4 JANVIER DERNIER AU SIÈGE DE LA FFKARATÉ ET DISCIPLINES ASSOCIÉES, LE CONSEIL D'ADMINISTRATION A ÉLU SON BUREAU EXÉCUTIF.



BRUNO VERFAILLIE
Président



PHILIPPE DHERBÉCOURT
Secrétaire général



CAMILLE CONRAD
Trésorière



VÉRONIQUE PARISOT
Secrétaire Générale Adjointe



LÉA AVAZÉRI
Trésorière Adjointe



FRÉDÉRIC CÉSARO
Vice-Président



ALAIN GALIANA
Vice-Président



DOMINIQUE PERONNET
Vice-Présidente



MEHDI FILALI
Délégué auprès du Président

RETROUVEZ L'ENSEMBLE DES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION ÉLUS POUR L'OLYMPIADE 2024-2028 ICI

BRUNO VERFAILLIE : « LA FORCE DU COLLECTIF »

Élu en décembre dernier, le nouveau président de la FFKaraté et Disciplines Associées réaffirme ses engagements et a déjà missionné les membres de son bureau exécutif pour les mener à bien.



Comment avez-vous choisi ce bureau exécutif ?
Il repose d'abord sur la présence, c'est nouveau, de deux représentants des athlètes, élus par leurs pairs, que je recevrai prochainement – nous laissons passer l'Open de Paris puisque Léa et Mehdi y sont tous les deux engagés – afin de déterminer les dossiers qu'ils vont porter. Ce bureau respecte aussi la parité entre les hommes et les femmes. Le choix s'est aussi établi en tenant compte du fait qu'un(e) président(e) d'un organe déconcentré ne pouvait pas être secrétaire général ni trésorier. Ce que j'ai souhaité, c'est qu'au-delà de l'énergie et de l'engagement, chacun apporte ses compétences professionnelles mais aussi de la complémentarité. Ma volonté, je l'ai exprimée, mais elle s'incarne dans ce bureau et plus largement dans ce conseil d'administration de trente-deux membres, c'est qu'il y ait un véritable esprit d'équipe qui anime le projet que nous sommes en train de mettre en place.

C'est un élément sur lequel vous n'avez cessé d'insister ces dernières années dans l'arbitrage...
Tout à fait et je veux croire que la filière d'arbitrage, l'engouement, le lien entre tous, le niveau aussi qui a été atteint viennent justement de cette dynamique collective. Les femmes et les hommes de ce bureau vont travailler évidemment, mais d'abord travailler en équipe, même si c'est à moi qu'il reviendra de trancher et prendre des décisions. Ce sont tous des femmes et des hommes de terrain qui ont le sens de l'intérêt collectif. Notre rôle est d'être efficace le plus rapidement possible sur la base de ce qui a été fait jusque-là.

Comment allez-vous organiser les différents dossiers ?
La formation, la communication, mais aussi le para-karaté vont être les grands dossiers de mon projet. Pour cela, j'ai missionné des élus pour en être les référents, être les interlocuteurs des organes déconcentrés, de la direction technique nationale et évidemment des salariés du siège fédéral. Véronique Parisot, présidente de la ligue Bourgogne Franche Comté et secrétaire générale adjointe, sera ainsi en charge du suivi des projets karaté scolaire et des publics cibles. Dominique Peronnet, présidente du comité des Alpes-Maritimes et vice présidente, va suivre les disciplines associées, avec des compétences en comptabilité qu'elle pourra aussi apporter à Camille Conrad, notre trésorière, directrice des ressources humaines dans une grande entreprise. J'ai demandé à Alain Galiana, vice président et président de la ligue Île-de-France, d'améliorer nos logiciels, notamment celui d'inscription aux compétitions auquel nous allons apporter des améliorations. Frédéric Césaro, président de la ligue Nouvelle-Aquitaine est aussi vice président, particulièrement en charge de la communication, où il sera épaulé par Jérémy Sutera Sardo, qui sera plus précisément en charge des partenaires et des sponsors.

On comprend que les sujets nombreux...
Nous avons aussi la chance, dans le conseil d'administration, d'avoir des femmes et des hommes d'expérience qui vont être autant de relais dans les territoires, faire remonter les idées et les questions, sans oublier les élus de l'ancienne de l'équipe, dont Francis Didier, qui nous laissent un héritage important et restent disponibles, je les en remercie, pour assurer la transition et ont travaillé jusqu'au bout de leur mandat, c'est à souligner car cela nous facilite aussi grandement la tâche. J'ajoute que, pour moi, c'est clair, il n'y a pas de cloisonnement, mais de la collaboration globale. Pour cela, il faut de la confiance, et de la loyauté. Il est aussi nécessaire d'être organisé pour définir les priorités tout en gérant la vie quotidienne de la fédération, les réorganisations, le calendrier des compétitions qui est très dense. Mais il faut aussi savoir se poser. J'ai ainsi pris la parole devant le conseil d'administration et le bureau exécutif en réaffirmant que notre énergie devait être au service de tous, des clubs, des professeurs, des dirigeants, des bénévoles. Nous devons puiser dans nos expériences de terrain, dans nos ancrages respectifs, pour continuer à faire grandir le karaté français et les disciplines associées dont nous avons la responsabilité.

Denis Boulanger
FFKaraté

Textes
Olivier Remy
Sen No Sen

SERGE SERFATI

Vivre au présent

NÉ DE LA MUSIQUE DE RUE ET DU KARATÉ PASSION, SERGE SERFATI A CONSTRUIT UN PARCOURS ÉTONNAMMENT RICHE ET EXIGEANT DE PRATIQUANT, DE CHAMPION, DE PROFESSEUR ET D'EXPERT, JUSQU'À SON RÔLE ACTUEL DE CONFÉRENCIER. CANALISER LES ÉMOTIONS POUR ATTEINDRE L'EXCELLENCE, C'EST LE SUJET DE SA VIE.

LIBERTÉ DES DÉBUTS

La rue m'a appris beaucoup de choses que je n'ai d'abord pas mises en valeur. Je n'étais pas mauvais élève mais, à treize ans, j'étais dehors avec un groupe. J'ai fait beaucoup de musique, j'ai vécu comme ça. Il y avait un leader qui dirigeait une école de théâtre. Il était exigeant pour les répétitions, quelles que soient les conditions. On était très famille pourtant : j'avais quatre sœurs et deux frères mais j'avais cette soif de liberté. Mon père, routier, n'était jamais à la maison, et ma mère, très croyante et très stricte – ce qui nous a sans doute empêchés de devenir des voyous, nous a laissés très libres justement. C'était une autre époque. Je disais que j'allais voir quelqu'un... et je disparaissais trois jours. Le karaté ? C'est d'abord pour suivre mon grand frère Jacques, notre aîné, malheureusement décédé, chez Claude et Jean-Marc Aulu. C'était exigeant, et j'ai réalisé que j'aimais bien l'exigence, que j'avais déjà perçue avec mon premier mentor. Le combat dans les sports de combat, c'est d'abord d'assumer de continuer. J'ai su rapidement que j'allais continuer longtemps. Dès le début, mes professeurs ont commencé à me prendre un peu à part. Pas parce que j'étais plus fort, mais parce que j'étais plus disponible mentalement que les autres. On parle souvent d'exercice physique, des dispositions qu'il faut pour cela. On ne parle pas assez des dispositions mentales. Il me semble que j'ai eu assez tôt conscience que c'était à ce niveau que cela se passait.

AFFRONTER LES ÉMOTIONS

Je ne suis pas très bon pour me projeter à long terme. Je vais faire les choses dans l'élan du présent. Je suis brillant à court terme ! Je ne me laisse pas le temps de réfléchir, c'est comme ça. On me disait souvent que j'étais trop pressé. Serge, ne sois pas impatient ! Je crois aujourd'hui que j'étais juste passionné, que j'adorais ça. Et sur le temps passé, j'étais un impatient très patient. Avec les mots d'aujourd'hui, on dirait que j'étais un intuitif, un émotionnel. C'est une qualité d'artiste. Mais la musique, ce n'est pas que de l'intuition, c'est aussi de la métrique, et le karaté, ce n'est pas que les sensations, c'est de la maîtrise. Il aurait fallu que je creuse cette dimension, que je comprenne pourquoi j'avais tendance

« À un moment, quand on a très envie, on est capable de s'entraîner douze heures par jour pendant six mois pour un championnat. On ne le fera pas toute sa vie, mais on capte des choses précieuses »



à me déstabiliser moi-même, pourquoi je ressentais les choses comme un rythme, pourquoi ça ne passait pas par les mots avec moi. Athlète, je ne savais pas écouter, je ne cérébralisais pas trop les choses. J'écoutais les mots qui me plaisaient, ceux qui me parlaient, mais pas les autres. Je faisais comme je sentais. Et je crois que je ne sentais pas si mal finalement. Même si je suis passé à côté des très grandes victoires, je suis quand même resté treize ans en équipe de France. Par la suite, j'ai éprouvé le besoin de reprendre des études pour mettre des mots sur les choses. J'ai désormais soixante-neuf ans, mais je suis toujours en train de me former à quelque chose, ce qui éveille souvent l'incrédulité de mes proches. *« Mais Serge, pourquoi tu fais ça ? »* En fait, j'ai toujours aimé comprendre, même si je ne savais pas faire.

PRÉTENTIEUX CACHÉ !

Dans ma famille de pieds-noirs, je suis le discret, je n'aime pas trop m'afficher et, même à la fédération, je reste un peu dans mon coin, même s'ils savent qu'ils peuvent compter sur moi. Le karaté m'a beaucoup apporté dans l'affirmation de moi-même, même si j'ai toujours eu une tendance au goût d'être utile jusqu'au sacrifice. Même à la fin de ma carrière, où je commençais à avoir envie d'autre chose, je pensais à mon professeur et je me dissuadais sur le mode *« tu ne peux pas lui faire ça »*. C'est pourquoi je ne suis pas fou de la modestie, je la trouve un peu limitée. On se contente de peu, on ne vise pas au-delà. J'ai un faible pour les vantards, les prétentieux. J'aime bien travailler avec eux, j'aime leur

culot et je leur envie un peu leur confiance naturelle et leur tempérament à se mettre en avant facilement. Je suis un prétentieux caché, si l'on peut dire ! L'une des difficultés de la vie est de trouver le bon dosage entre ce que l'on doit aux autres et d'abord à ce que l'on se doit à soi-même.

CHERCHER LA MOTIVATION

Mes élèves, j'essaie de leur faire passer l'équilibre. Si je dois expliquer, je dirais que c'est une notion transversale qui commence par des bons appuis, une bonne respiration et la capacité à être vraiment attentif et présent pendant un temps donné. On parle de concentration, on parle de discipline... avant tout, c'est l'envie qu'il faut développer. Quand des mamans me disent qu'elles souhaitent que j'apprenne la discipline à leurs enfants, je ne vais pas dans leur sens. Je dis que je vais regarder comment ils sentent et vivent les choses, capter leur intérêt et leur imagination, renforcer leur motivation. Ils bougent parce qu'ils adorent ça et moi je les regarde parce que j'adore les regarder bouger. Et puis, je commence à leur faire comprendre la différence entre bouger et se déplacer. La discipline, c'est de la motivation renforcée par l'habitude de faire les choses. À un moment, quand on a très envie, on est capable de s'entraîner douze heures par jour pendant six mois pour un championnat. On ne le fera pas toute sa vie, mais on capte des choses précieuses. Les notions puissantes, il leur faut un peu d'espace, un peu de jeu.

TOUJOURS DES PROJETS

Je m'entraîne encore tous les jours, même si ce n'est pas le même rythme et que les motivations ont changé. Certains jours, c'est un peu plus court que la veille. Ce n'est pas grave. J'ai été sportif, militaire et pompier de Paris. J'ai plus de quatre-vingts sauts de chute libre à mon actif, j'ai fait de la boxe, beaucoup d'aïkido, avec sans doute le besoin de me libérer de mes peurs à travers tout ça. À mon âge, j'ai un projet de centre, je vois ça comme une sorte de cercle privé que je proposerai aux cadres du monde de l'entreprise. Je suis conférencier sur les thèmes de l'optimisation de la performance et j'ai aussi envie d'apprendre le métier de manager d'une structure de ce genre. Si je suis sincère, j'aime surtout rencontrer des gens brillants qui peuvent m'apprendre sans doute au moins autant que l'inverse, et cela me donne l'occasion de travailler intellectuellement. Ma motivation aujourd'hui est de garder un corps le plus longtemps possible et de continuer le plus longtemps possible à vivre cette vie merveilleuse. Me retirer dans un petit jardin pour une petite vie ? Pour quoi faire ?

MISSION FÉDÉRALE

Expert fédéral, c'est d'abord une responsabilité, une mission. On incarne la fédération sur le plan de l'expertise. De mon point de vue, on vient pour un thème, un besoin exprimé par l'élu du département. C'est lui qui fixe le programme et il faut l'accepter au départ. Il connaît le public, il sait ce qu'il faut montrer. Être en quelque sorte un préfet de la fédération, je le prends comme un honneur, et aussi comme un grand plaisir parce que l'on mange avec eux, on discute et on comprend leur quotidien. Je ne crois pas que les experts fédéraux sont ceux qui ont le meilleur tsuki, le meilleur mawashi, ce n'est pas l'idée. Il y a partout de formidables experts de karaté qui sont dans leur club, dans leur région. Nous sommes là pour soutenir, proposer des choses. Cela demande de l'expérience et un parcours. Une forme physique nécessaire aussi. Nous devons représenter quelque chose de prestigieux, mais d'abord d'authentique. Une posture. Je suis fier et honoré d'avoir cette responsabilité depuis quinze ans.

« Me retirer dans un petit jardin pour une petite vie ? Pour quoi faire ? »

Denis Boulanger
FFKaraté

Recueilli par
Emmanuel Charlot
Sen No Sen

PARIS OPEN

KARATE 1
PREMIER LEAGUE

24·25·26 JANVIER

STADE PIERRE DE COUBERTIN

ROAD TO CAIRO 2025



INFOS ET BILLETTERIE SUR WWW.FFKARATE.FR

WORLD WKF KARATE FEDERATION

SFAM NORIS SPORTS

Région îledeFrance

FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

ACTUALITÉS

LIGHT ET FULL CONTACT /// Nîmes a lancé 2025 avec brio



© Photos : Patrick Urvoy

Première compétition organisée en cette nouvelle année, la coupe de France zone Sud full contact et light contact a fait le plein dans au Parnasse de Nîmes. Après une première journée consacrée aux catégories pupilles, benjamins, minimes, cadets et vétérans, ce sont plus de deux-cent-vingt juniors et seniors qui ont pris le relais dans la préfecture gardoise, qui accueillait pour la troisième année consécutive l'épreuve, le dimanche 12 janvier dernier. Soit 20% d'affluence supplémentaire par rapport à l'édition 2024. Une réussite globale qui s'est doublée d'une intéressante homogénéité dans les tableaux, avec vingt-huit clubs repartis avec de l'or pour quarante-quatre catégories en lice. Mention spéciale aux Varois de la Team Full Rocbaron, par cinq fois primés, une fois de plus que les Savoyards du Chambéry Savoie Sports de Combat.

Retrouvez les résultats complets et les photos de cette compétition ici



WUSHU /// Un Open de France *very* Nice

Nice et la Côte d'Azur accueillent ce week-end l'Open de France de wushu, l'un des quatre de l'année. Une date attendue puisque deux-cent-cinquante compétiteurs étaient inscrits en ce milieu de semaine. *« Nice constitue effectivement l'un des quatre Opens de la saison, après Eaubonne en octobre, et avant Muzillac en février et Schiltigheim en juin, lesquels s'inscrivent dans le circuit de compétitions de la Golden Wushu Series, avec une ranking qui inclut aussi les championnats nationaux sanda et taolu ainsi que les deux coupes de France,* précise Olivier Beaudry, DTN adjoint en charge des disciplines associées. *C'est la troisième saison dans cette configuration qui rencontre un grand succès. Et ce pour deux raisons selon moi. Elle permet aux clubs et aux compétiteurs les plus motivés de participer à ce circuit de compétitions et de planifier leur préparation. Cela a aussi clairement donné de la visibilité au wushu, avec une qualité d'organisation et un enjeu sportif qui, visiblement, plaît. L'autre raison, c'est aussi que cela permet à tout le monde de s'exprimer. Si certains font toutes les dates, d'autres profitent justement de la proximité géographique de l'une d'entre elles pour amener des élèves à la compétition, sans engendrer trop de frais ni de trop longs déplacements, avec la satisfaction de pouvoir néanmoins participer à une compétition de qualité. Cela fait partie de notre politique de développement. Nous sommes satisfaits, avec l'équipe d'organisation, de voir que les clubs se prennent bien au jeu. Clairement, il y a de l'émulation.»*



Au programme ce week-end, au gymnase de l'UFR STAPS de Nice : sanda (cadets, juniors et seniors) et sanda light (poussins à vétérans) le samedi, puis kungfu traditionnel, wushu taolu et taijiquan (poussins, pupilles et benjamins) le dimanche.

Toutes les informations sont à retrouver ici

un esprit *Zen* dans un sport **Sain**



FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

www.ffkarate.fr

Média Prestations / Kiai-Com / Photo : Denis Boulanger / Remerciements à Stéphane Mari