

# A la rencontre des champions



A 16 ans, Justine Pluchart rêve de suivre l'exemple des champions.

**JUSTINE PLUCHART** (Amicale Jamin). - « C'est vraiment super. Tout est intéressant et je me fais plaisir sur ce stage. Ce n'est pas tous les jours que l'on peut rencontrer des champions comme ceux là ! C'est un rêve qui se réalise, j'en profite au maximum. J'essaie de retenir le plus de conseils et d'observer leurs techniques, je voudrais devenir comme eux, ce sont des exemples. »

**LUCAS FORTIER** (Sigry-l'Abbaye). - « J'avais déjà rencontré les membres de l'équipe de France il y a deux ans lors du match entre les Français, les Pays-Bas et la Belgique. Bien sûr, c'est les Français qui avaient gagné ! Pour ce stage, l'échauffement a été plus dur que lors de mes cours habituels. Mais tout le reste est super bien. »

A.V.



L'échauffement a été difficile pour l'Abdenais Lucas Fortier.



Les karatékas avaient pris possession de René-Tys.

Gérard PERCIS

Le complexe René-Tys avait revêtu les couleurs du karaté. Mercredi plus de 200 jeunes Champardennais avaient pris possession des lieux pour un stage avec six membres de l'équipe tricolore seniors : Ayoub Neghiz, Julien Dupont et Jonathan Plagnol représentaient le kata par équipes, médaillées de bronze lors de derniers championnats du monde ; Minh Dack, médaillé de bronze Europe et Monde en kata individuel ; Olivier Beaudry et Franck Chantalou de la formation Chantallou de la formation par équipes kumité.

## L'homme au micro

Thierry Masci, entraîneur national a joué pour l'occasion à Monsieur Loyal, en organisant l'après-midi et en commentant pour le public et les jeunes stagiaires. « L'équipe fait environ quatre déplacements de ce genre par an », explique Thierry Masci. « Ils sont tous capables de gérer le stage, mais ma présence permet de relayer les informations et de faire la promotion de l'équipe, qui est souvent une découverte pour les grands comme les petits. Ce

genre de réunions se réalise à la demande des ligues. Les féminines sont en stage d'affûtage donc elles n'étaient pas disponibles, mais il y aura l'occasion de revenir prochainement à Reims. »

Dans un premier temps, l'entraîneur national a réparti les enfants en quatre groupes, avant de les calmer en les faisant se mettre en tailleur pour l'arrivée des champions parmi eux. Alors tout a pu commencer

par un salut général. « Le salut est essentiel », poursuit Thierry Masci.

## Kumité et kata

« Il véhicule le respect de l'autre, de l'entraîneur, du prof et du partenaire. On évolue grâce aux autres. Le karaté est un sport individuel où l'entraînement est collectif. Ça permet de canaliser l'énergie des garçons et de donner de l'assurance aux filles. »

## Autour des tatamis

**ATTENTE.** - Des 13 h 30, les jeunes stagiaires étaient présents. Pour patienter, une fois en tenue certains faisaient des exercices d'assouplissement ou improvisaient des petits combats.

**ENCADREMENT.** - Pour un club amenant des enfants, au minimum, il devait y avoir un adulte pour encadrer durant le stage. Et à la fin, pendant la séance d'autographes à la chaîne et le goûter, les profs ont donné un **PAR ÉQUIPES.** - Très impressionnant ! Le kata réalisé par le trio tricolore Neghiz, Dupont et Plagnol a forcé le respect. Tout par la rapidité que par la synchronisation des gestes. Un gros et beau travail de groupe.

**CONTRE TOUS.** - Pendant la démonstration de combat entre Beaudry et Chantalou, les champions sont allés chercher quelques jeunes dans le public pour des affrontements marrants. À la fin, les champions ont dû faire face à 5 petits karatékas chacun.

**EMOTIONS.** - Pour célébrer ses jeunes champions de France, la ligue régionale a organisé une petite cérémonie de remise de récompenses des mains des Tricolores. Teddy Da Silva Canajino (KCP) en kata minimes, Remi Tilmont (KCCM) en kata pupilles, et Jonathan Lemaire (KCCM) 1<sup>er</sup> de la Coupe de France karaté contact. Les deux premiers ont eu la lourde tâche de faire une exhibition juste avant les champions. Ça fait des souvenirs !

Au cours de 15 minutes d'échauffement animées à tour de rôle par les Tricolores, les enfants ont évolué dans deux ateliers kumité et deux kata. Une heure de sport en tout pour des petits karatékas plus qu'enthousiastes.

Annick Lavaille, la présidente de la ligue régionale pouvait être satisfaite. « Ce projet a germé au mois de juin dernier lors d'un séminaire des dirigeants. Notre ligue a souterré l'organisation avec un sérieux coup de main du club de l'Amicale Jamin. La Fédération nous a mis bénévolement à disposition les athlètes pour la réussite de cette entreprise. »

Les six champions se sont montrés, au long de l'après-midi, disponibles, souriants et surtout ils se sont amusés avec les enfants.

Le stage s'est prolongé par des démonstrations de kata, et de kumité, une séance de questions du jeune public, un salut final et bien entendu des dédicaces !!!

Rendez-vous pour la Coupe de France zone Nord les 13 et 14 mai à Reims.

Alexandre Verguet