

Esgrime, tennis de table, musculation...

« Ça nous change la vie ! »

Les passions peuvent être sportives et pas forcément pour le "sacro-saint" football. Ainsi, des activités originales et différentes comme l'esgrime, le tennis de table, la musculation mènent aussi à l'épanouissement. Ils représentent des valeurs différentes, que défendent trois professionnels, le maître d'arme au Cercle d'Esgrime d'Arras Eric Guilluy, l'entraîneur de tennis de table à Saint Laurent-Blangy Miguel Delmotte, ainsi que Christophe Bulot, coach de musculation au lycée Baudimont.

Ainsi quand on leur pose la question : « Quelles sont les attentes des personnes qui viennent pratiquer ces sports, ce qu'elles recherchent ? », Eric Guilluy, pour l'esgrime, répond : « Les gens sont en quête de performances, de dépassement de soi ainsi que de plaisir et de détente ». De même, Miguel Delmotte estime que : « Ceux qui pratiquent le tennis de table recherchent une activité en constante évolution où l'on ne cesse de se remettre en question ; c'est aussi un moyen de se changer les idées et de s'épanouir ». Christophe Bulot



L'esgrime valorise le respect, la vitesse, l'endurance. Des qualités que l'on retrouve dans d'autres sports. Il n'y a pas que le football dans la vie !

ajoute : « Les pratiquants de la musculation veulent acquérir un beau physique (devenir musclé), ce qui représente un lourd investissement et demande beaucoup de volonté car ce sport individuel exige quelquefois des sacrifices, comme par exemple de suivre un régime alimentaire qui leur permettra d'améliorer leurs capacités ».

Des motivations qui don-

nent aussi l'envie à ces cadres d'enseigner à leurs élèves autant de plaisir ; ainsi, pour la musculation, Christophe Bulot a l'impression lui-même de « dépasser ses propres limites » car il veut « donner une autre vision de ce sport avec une réelle remise en question de soi-même ». Pour lui, « refuser de s'écouter est le moyen de garder la forme ». Au sujet du tennis de table, Miguel

Delmotte indique que sa principale motivation à enseigner ce sport est « de faire parvenir ses pongistes à l'excellence du niveau de chacun par la maîtrise de soi, de ses gestes, de son mental, pendant le match ». En ce qui concerne l'esgrime, Eric Guilluy, lui-même sportif de haut niveau, explique qu'il « veut transmettre ses connaissances aux plus jeunes pour qu'ils comprennent

qu'il s'agit bien d'un art. » Pas d'élitisme cependant : « J'entretiens des relations avec toutes les catégories de personnes, aussi bien selon leur origine sociale que leur âge, la moyenne d'âge au club est d'ailleurs de douze ans pour une tranche d'âge des pratiquants qui va de cinq à soixante ans ! ».

Trois visions du sport enseigné qui vont finalement dans le même sens. Ainsi, Miguel Delmotte pense que « le tennis de table permet de se renouveler continuellement puisque même lorsqu'on atteint un objectif, il faut rebondir sur un autre ». Tandis que le maître d'arme de la CEA affirme que « l'esgrime transmet des valeurs telles que le respect, la maîtrise de soi, et la courtoisie ; c'est un sport individuel d'opposition à travers l'arme, où le combat a un sens unilatéral, un sport qui nécessite des qualités comme l'endurance, l'agressivité, la vitesse... ». Enfin, pour Christophe Bulot : « la pratique de la musculation amène l'individu à aller au-delà de ses limites ».

Philippe Gellez,

Antoine Chamagne,

Benoît Bécu et

Baptiste Desmarts