

FCL ARTS MARTIAUX : UN ART DE VIVRE

Installé depuis sa création en 1999 à Caluire-et-Cuire au sein du stade Henri Cochet, le Fight Club de Lyon Arts Martiaux se situe aujourd'hui en 3^e position des clubs français et en tête des clubs régionaux dans sa discipline. De 80 adhérents à l'origine, le club en compte désormais 430, dont 54 ceintures noires (10 femmes) et 220 karatékas âgés de moins de 18 ans.

Présidé par Thierry Maléca, le FCL Arts Martiaux est dirigé sur le plan sportif par Dominique Gallo, ceinture noire 3^e dan, ancien membre des équipes de France de combat et de kata, ex-international.

Le succès de cette discipline et du FCL Arts Martiaux s'explique, outre par la qualité de l'enseignement, par l'apprentissage des valeurs propres à ce sport en plein essor mais également pour les pratiquants, par une recherche de bien-être à la fois physique et mental. « Le karaté est porteur des valeurs de citoyenneté qu'il est plus que jamais indispensable aujourd'hui d'inculquer à nos enfants. C'est une véritable école de vie », explique une pratiquante hyper motivée. Il est vrai que les enfants, dès l'âge de quatre ans, peuvent trouver en cette pratique sportive un moyen de canaliser leur énergie, trouver leur équilibre, acquérir une grande confiance en eux et la maîtrise de soi.

Nombreuses sont désormais les femmes qui pratiquent le karaté. Elles sont même majoritaires (65 %) au FCL Arts Martiaux si l'on compte uniquement les pratiquantes de plus de 18 ans.

Le FCL Arts Martiaux a obtenu de brillants résultats tant au niveau régional, avec plus de cinquante podiums, que national. Récemment, le club a récolté vingt médailles aux



championnats du Rhône. Aidé par la municipalité de Caluire-et-Cuire au niveau de la rénovation des locaux, le club s'est par ailleurs équipé d'un tatami haut de gamme et de matériels de musculation et pédagogique particulièrement adaptés à tous les pratiquants.

LE HANDI-KARATÉ EN PLEIN ESSOR

Mais c'est aussi dans son engagement de la pratique handi-karaté que le FCL Arts Martiaux se distingue. Depuis 2001, le club offre la possibilité à des personnes souffrant de handicap de pratiquer le karaté en tant qu'activité thérapeutique. Selon Dominique Gallo, rien ne peut empêcher la pratique de cette discipline où tout est une question de motivation. Ils sont actuellement dix-huit, dont dix enfants, adhérents handi-karaté.

Catherine Lacour, membre du bureau du club, recherchait un sport et un club lui permettant d'oublier son handicap, lui offrant la possibilité d'évoluer dans un milieu calme et d'acquérir une bonne maîtrise d'elle-même. « Une amie m'a fait connaître le FCL Arts Martiaux et j'ai tout de suite été attirée par la pratique de ce sport. Je suis très reconnaissante envers le club qui a vraiment développé le handi-karaté. Cela me permet de sortir de chez moi et ainsi d'éviter la coupure sociale liée au handicap », explique Catherine Lacour qui évolue, certes, avec parfois des difficultés mais en toute confiance et avec rigueur et pugnacité. « J'apprécie vraiment de pouvoir suivre des cours en même temps que les personnes valides et je vois que certains de mes problèmes s'améliorent, comme la concentration par exemple », explique cette

jeune femme ceinture bleue, qui vise la ceinture marron et fait même de la compétition au niveau international.

LA RELÈVE EST ASSURÉE

Que ce soit du plus jeune (4 ans) au plus âgé (85 ans), tous les pratiquants de cette activité sportive au sein du club démontrent une motivation, une passion et une force de caractère qui peuvent surprendre le profane mais qui prouvent les qualités de cette discipline venue du Japon et dont le berceau est plus précisément l'île d'Okinawa. Compte tenu de la qualité de l'enseignement prodigué par Dominique Gallo, de la motivation de tous les adhérents et du nombre de pratiquants (dont certains sont des professionnels du droit), notamment de jeunes, indéniablement, la relève est assurée au FCL Arts Martiaux.

■ Pierre Vezon