

TOUS AUX JO 2024 A PARIS!

avec Nicolas PEREA

Décembre 2023

Haut gradé de la ligue Centre-Val de Loire, expert en Jujitsu, entraîneur à Amilly

- Date de naissance : 01/12/1975

- 1er club: J3 Sports Amilly Judo Jujitsu

- Grade : 6^{ème} Dan

- Catégorie : judo -73 / Jujitsu duo mixte avec Aurore PEREA

"Bonjour Nicolas et merci d'avoir accepté cette interview. Pouvez-vous vous présenter en quelques lignes ?"

Bonjour, j'ai 48 ans, je suis marié et nous avons 3 enfants. Nous sommes tous judokas au J3 Sports Amilly. Je suis éducateur sportif Judo & Jujitsu depuis septembre 1997 dans mon club de toujours et à côté de cette activité, je suis chargé de communication Web/Multimédia à la Ville d'Amilly. Je suis arbitre national Judo (arrêt activité en 2013), entraineur de l'équipe de France Jujitsu de mars 2013 à avril 2023. En Judo, je n'ai jamais été un grand compétiteur. Je me suis épanoui en compétition en Jujitsu duo system en duo masculin dans un 1er temps puis en duo mixte avec mon épouse Aurore Perea avec qui nous avons gagné les Jeux Mondiaux 2009, les Europes 2010 (4 x 2èmes également), 3 médailles mondiales toutes en bronze et les Championnats de France 5 fois de suite.

"Vous êtes néo-haut gradé depuis quelques mois. Lorsque l'on place sa première ceinture noire sur sa taille, de nombreux sentiments sont mêlés. C'est une vraie étape. Lorsque l'on place sa ceinture blanc-rouge pour la première fois, il se passe quoi?"

C'est un sentiment particulier. C'est fort, mais c'est aussi déstabilisant car nous avons encore plus de valeurs à montrer. On me l'a remise au club dans un 1er temps car avec le COVID la remise officielle a été repoussée. J'ai eu la chance d'avoir deux remises : une par mon professeur, Philippe Lefebvre devant tous mes élèves. Cela a été émouvant et une plus solennelle au Kagami Biraki par mon entraîneur en Équipe de France, Laurent Thomas. C'était beau car Laurent a toujours été un exemple pour moi. Je pense que c'est surtout le regard des autres qui change, moi je serais toujours le même. Mais je ne la porte pas tout le temps car j'aime aussi ma ceinture Noire que je porte depuis 1993. Nous formons un vieux couple ensemble.



WORLDSAMES

VROC







Michel Gippet! Il a joué et joue encore un rôle majeur dans ma vie de judoka. J'ai découvert le Judo grâce à lui en AS au collège du Grand Clos. Lui c'est un vrai personnage, un vrai passionné de Judo, un vrai bénévole. On vient de fêter ses 80 ans et il était en judogi sur le tapis comme tous les jours d'ailleurs à former les jeunes sur les chutes, les Katas, les UV2... Je lui souhaite d'accéder très prochainement au grade mérité de CN 8ème DAN, il le mérite vraiment.

"Je pense que c'est surtout le regard des autres qui change, moi je serais toujours le même."

"Quel est le judoka, la judokate "hors norme" à vos yeux ?"

Ouah !!! C'est tellement dur de répondre car des judokas fabuleux il y en a des dizaines et à chaque génération. Ensuite, il y a clairement les Japonais et le reste du monde : Kaori Matsumoto était fabuleuse, Yamashita intouchable, Kosei Inoue qui était venu à Amilly en 1997. Je suis Fan du Judo japonais. Ce que je trouve très fort, c'est la capacité à projeter chez les masculins et la capacité à piéger tout le monde en Newaza chez les filles. En nonjaponais, j'adore lliadis, Huizinga, Igolnikov avec son Uchi mata de bucherons. Un des plus beaux judokas que j'ai vu de mes propres yeux c'est MAKAROV surtout lors de la finale mondiale 2001 face à Kanamaru. C'est le plus beau combat que j'ai vu en direct live. Mais par moment, je vois des jeunes en tournoi qui mettent des pions fabuleux et je me dis "il aurait fait ça aux mondes la salle serait debout à l'ovationner".

"Je suis Fan du Judo japonais."



"Quel est le jujitsuka, la jujitsukate "hors norme" à vos yeux ?"

Il y en a beaucoup, en duo mixte, les Allemands, Ismer/Zagovski eux, c'était la grande classe, Laurent Thomas et Florence Bailly (de l'US Orléans) également, même si c'était une autre époque. Le duo masculin qui m'a donné envie de pratiquer c'est Cyril Juffroy / Jérôme Prudent (US Orléans également). Ils n'ont jamais été champions de France mais qu'est-ce qu'ils étaient bons! Tout était maîtrisé chez eux. En combat, côté français comment ne pas citer Percy Kunsa (au Big Fight je l'avais sommé Mister Jujitsu). Il est titulaire en Équipe de France depuis 2007 avec 6 finales mondiales dont 3 titres. Il y a aussi Julien Boussuge. En étrangers, l'Allemand Andréas Kuhl, le Hollandais Rob Haans ce sont des légendes comme le russe Beshenets. J'aime beaucoup également les Hollandais et leur état d'esprit.

"Formateur pendant de nombreuses années, votre expérience est donc très importante. Quel est pour vous le socle de formation que tous les néo-enseignants devraient avoir ?"



Je ne sais pas si je suis le mieux placé pour aborder le sujet mais ce qui m'a fait le plus de bien dans mon apprentissage a été de partir une année en sport armée à Rennes. Ces conditions m'ont fait découvrir une autre façon de travailler. Je suis un pur produit amillois donc je pense que ma formation a été bonne au club puis je suis passé au Pôle avec des formateurs exceptionnels: Thierry Marchand en Judo, Fredo Sanchis en Kata, Laurent Thomas en Jujitsu, Patrick Mery en pédagogie. J'étais donc bien armé. La 2ème période importante a été mon aventure en équipe de France ou j'ai encore élargi mon champ de vision. Pendant cette période, j'ai tellement appris que ce soit en Judo en JJb en Jujitsu. Pour faire simple pour moi la chose la plus importante pour être un bon prof c'est la passion: aimer le Judo et aimer transmettre. Après on fait tous des erreurs, des maladresses. L'ennemi de l'enseignement, c'est la certitude et la non-remise en question.



"L'ennemi de l'enseignement, c'est la certitude et la nonremise en question."



"Les diplômes et offres de formations évoluent depuis quelques années. C'est certainement une vraie opportunité. Mais comment alors, attirer les jeunes vers ce type d'emploi pérenne?"

C'est un réel problème pour les clubs de trouver des enseignants compétents et motivés. Être un bon éducateur, c'est passer beaucoup de temps au service des autres, beaucoup de week-end en compétitions. Pas évident.... Par exemple au club, nous recherchons un éducateur à temps complet pour septembre 2024 et la tâche s'avère ardue.

"Vous êtes depuis plusieurs années entraineurs de compétiteurs/trices en Jujitsu. Pourquoi ce choix ?"

C'est simple, lorsque nous avons commencé à avoir des résultats avec Aurore, certains jeunes ont souhaité faire comme nous donc on s'entrainait ensemble. Lorsque j'ai arrêté la compétition en 2011, j'ai logiquement repris les cours Jujitsu au club avec une orientation combat. Mais je ne considère pas comme entraineur de compétiteurs Jujitsu. Je suis éducateur sportif de Judo et de Jujitsu.

Dans la population que j'ai sur mes cours il n'y a pas que des compétiteurs, il y a beaucoup de pratiquants qui viennent pour se faire plaisir. Je trouve que de vouloir mettre les gens dans des cases Judo, Jujitsu c'est usant. Les gens ne connaissent pas ou ont une mauvaise idée ou représentation, je dirais même manque d'ouverture d'esprit pour leurs élèves. On a peur ou on critique ce que l'on ne connait pas... Mais le Jujitsu vient du Judo, lorsque l'on pratique du judo on fait du jujitsu et inversement.







"Nous les entraineurs, on a une petite part de la médaille car on a su insuffler un état d'esprit."

"Le Jujitsu performe dans la région Centre-Val de Loire et bien au-delà avec des titres internationaux. Comment expliquez-vous cet état des lieux très positif?"

Avant toute chose, le Jujitsu brille à travers ses clubs. Il n'y a à ce jour aucune politique sportive régionale pour l'organisation et le développement du Jujitsu sportif. C'est dommage. Le haut niveau repose sur deux clubs : US Orléans et Amilly. Il y a de belles individualités dans certains clubs avec des résultats intéressants mais tout est à l'initiative des professeurs. À Amilly, nous avons organisé les championnats de France en 2010, 2013, 2017, 2020 en plein Covid puis les u18/u21 en 2022, cela donne envie aux jeunes de pratiquer à haut niveau, c'est un cercle vertueux. Aujourd'hui, rien n'est fait pour son développement, c'est un constat dur mais bien réel : pas de championnat jeunes, pas de circuit jeunes. Il y a le haut niveau d'un côté et puis c'est tout. Nous à Amilly, nous organisons un open jeunes international. La région nous aide sur la commission sportive mais c'est une organisation matérielle, il n'y a pas de politique sportive et c'est bien dommage car nous avons un vivier important. Le haut-niveau, c'est l'arbre qui cache la forêt alors que d'autres ligues se bougent énormément, l'AURA par exemple, et depuis longtemps. Le jour où nos athlètes de Haut Niveau seront à la retraite nous serons en retard. Mais je me trompe peut-être...

"Quel est votre plus beau souvenir comme entraineur?"

C'est très difficile, j'ai eu la chance de vivre en tant qu'entraineur de l'Équipe de France des moments exceptionnels, de joie et de déception pendant 10 ans. Chaque championnat a été un moment magique. Il y en a eu tellement mais, si je devais retenir quelques moments d'exception en m'excusant auprès de ceux que je ne cite pas, ils seraient : Paris 2014 tout a été fabuleux, la préparation la compétition, cela faisait 6 mois que je disais à Laure Beauchet (J3 Amilly) ce qui allait se passer si elle prenait la polonaise et ce jour-là dans un Coubertin plein à craquer elle a fait ce que je lui avait dit en ½ finale, c'était magique! Les championnats du monde U21 2021 avec Ryan Cherif et Yani Benaicha tous les deux en finale en même temps, et le titre de Yani en 2022. J'ai été un privilégié pendant 10 ans. J'ai aussi eu la chance d'avoir des athlètes au Top niveau mondial au club et en Équipe de France et aussi des collègues entraineurs qui sont devenus des amis. Les championnats du Monde par équipes resteront des moments inoubliables : le titre en 2016, 2018, 2019, 2021 c'est une récompense collective et nous les entraineurs, on a une petite part de la médaille car on a su insuffler un état d'esprit.





"Comment d'après-vous, continuer à ancrer dans notre région ce travail de fond et ces résultats?"

Pour moi, il y a beaucoup de choses à mettre en place. Démocratiser la pratique, donner envie aux jeunes de pratiquer, former les professeurs, développer un circuit jeune même si au début, il y a peu de monde, cela s'est fait à une époque avec Laetitia Deloris, après tout c'est question de priorité. Le Jujitsu n'est pas un sport olympique on le répète assez souvent aux athlètes en Équipe de France et pourtant ce n'est pas simple d'être champion du monde contrairement à ce que les gens pensent : il faut s'entraîner dans plusieurs disciplines, il n'y a pas de réel statut Haut Niveau. Donc, il faut prendre du temps sur ses congés pour s'entrainer et faire les championnats. Tout n'est pas simple pour les Jujitsukas! Un exemple, lorsque je constate que pendant l'itinéraire des champions qui s'est déroulé à Gien dans le Loiret en mai, il n'y avait aucun champion de Jujitsu, cela m'interpelle : Juliana Ferreira, Percy Kunsa, Chloé Lalande, Julien Mathieu, Severine Nebie, Yani Benaicha, Ryan Cherif, Mégane Giet, la liste est belle pourtant avec de nombreux médaillés mondiaux ou européens licenciés dans le Loiret. C'est dommage!

"Lorsque je constate que pendant l'itinéraire des champions qui s'est déroulé à Gien dans le Loiret en mai, il n'y avait aucun champion de Jujitsu, cela m'interpelle"

"Les compétiteurs/trices en Jujitsu de votre club sont très bien identifiés. Il y a-t-il une relève qui se prépare et qui pousse ?"

Nous avons au club près de 40 jeunes entre poussins et cadets qui sont sur la double pratique Judo et Jujitsu ou Jujitsu et Judo. Pour moi la priorité, c'est qu'ils s'éclatent sur le tapis à l'entrainement. Pendant les cours la bonne humeur ne nuit pas à la qualité du travail. Parmi cette population, j'espère que certaines pépites vont exploser au plus haut niveau mais ce ne sont pas toujours les plus forts en jeunes qui brillent en Senior. Yani en est le plus bel exemple, il est devenu champion du Monde à force de travail au club, au Pôle, en stage avec l'Équipe de France. J'ai eu des féminines jeunes que je voyais championne du monde mais cela ne se passe pas toujours comme il faudrait. Pour moi, seul le travail paye, c'est vraiment mon crédo.





"Les filles et les garçons performent presque à parts égales. Malgré cela, quels sont les signes, les attitudes qui pourraient les différencier à l'entrainement ou en compétition?"

Pour moi, je ne vois pas de différence, en tout cas je n'en fais aucune.





"Dans la préparation mentale de vos athlètes, faitesvous appel à des compétences particulières proposées par d'autres corps de métiers ?"

J'ai certains athlètes qui sont suivis par un préparateur mental parce qu'ils en éprouvent le besoin. Cela commence à payer. IL faut que chacun fasse en fonction de ses besoins et envies mais il faut surtout bien s'entourer.

"Vous êtes actuellement sur la structure d'Amilly. Pensez-vous un jour partir vers une autre structure nationale ou internationale?"

Mon club est et restera unique. Je ne serais jamais professeur dans une autre structure. Amilly n'est pas mon club, c'est ma famille, ma 2ème maison. C'est le club où j'ai débuté, où j'ai pris des responsabilités, où on m'a donné ma chance, où j'ai rencontré ma femme.

J'ai été entraineur de l'Équipe de France pendant 10 ans. La fin a été très difficile à vivre. Si demain on me sollicite pour entrainer une équipe étrangère je ne dirais pas non. Mais cette possibilité ne se présentera pas. Le haut niveau, c'est tellement intense. Mais si cela ne se fait pas, ce n'est pas la fin du monde. Mon cœur de métier, c'est éducateur et pas entraineur. Accompagner un champion sur un championnat du Monde c'est beau, c'est grisant. Accompagner un jeune que tu as eu tout petit à la CN c'est tout aussi magique et exceptionnel.



"Mon club est et restera unique."

"Notre discipline "Judo" intègre dans ses gênes, savoir-faire, savoirêtre dans une qualité de formation internationalement reconnue. Si vous étiez ministre des Sports et/ou de l'Éducation, quelles pourraient être vos propositions pour notre jeunesse?"

Franchement, je ne pense pas avoir la solution miracle mais peut être, remettre le respect au cœur de l'éducation. Donner plus d'importance au dépassement de soi, à la satisfaction personnelle, l'éducation japonaise me semble bien différente de la nôtre... Mais, je ne me vois pas ministre ni même élu à quelques endroits. Je suis quelqu'un de trop clivant. J'ai du mal à définir le milieu. C'est tout ou rien avec moi.





"Votre ville a subi un vrai traumatisme lors des émeutes du mois de juin/juillet. Comment avez-vous ressenti ces journées catastrophiques?"

La ville d'Amilly a été impactée mais beaucoup moins que Montargis d'où je suis originaire (c'est collé). C'est une catastrophe. On ne reconnaissait plus la ville. Je n'arrive pas à m'expliquer la raison de vandaliser des commerçants. J'ai essayé à mon niveau de dire aux jeunes du club de bien rester chez eux. J'espère qu'ils ne faisaient pas partie des émeutiers.

"Je n'arrive pas à m'expliquer la raison de vandaliser des commerçants."



"Quoi faire avec une partie de notre jeunesse sans repère et pour un avenir en société commun ?"



Malheureusement au niveau financier, c'est inabordable pour la plus grande partie des gens. Je suis satisfait que les Jeux se déroulent en France. J'espère surtout qu'il y aura un héritage des Jeux mais comme disait dernièrement Florent Manaudou (champion olympique du 50 m à Londres) "La France n'est pas une nation sportive, les Jeux n'ont pas été préparé par les différents gouvernements". Le sport, c'est la santé, le bonheur, le bien-être, le vivre ensemble, le dépassement de soi. Mais pour certains, ce ne sont juste que des muscles sans réflexion...

Vaste sujet... Nous sommes dans une société où les gens sont dans l'immédiateté avec le moins de contraintes possibles. Quelquefois, je me dis mais comment peuvent-ils faire Judo/Jujitsu et accepter ce fonctionnement qui va à l'encontre des valeurs actuelles de la jeunesse. Le sport en général c'est dur. Tu morfles à l'entraînement et parfois tu gagnes mais tu perds souvent. Peut-être qu'il manque un cadre à ces jeunes, une rencontre avec la bonne personne. Le souci est que nos jeunes ont des modèles qui ne les tirent pas vers le haut : les influenceurs, le comportement de certains "champions" de football notamment, leurs attitudes vis-à-vis des arbitres me révoltent et ces personnes là sont des exemples car ils gagnent leur vie. Un chirurgien cardiaque ça change la vie des gens, un instituteur aussi etc... Le problème de notre société c'est le placement du curseur des valeurs. Mon discours est un discours de vieux réactionnaire, tout n'était pas mieux avant mais quand même...

"Les JO 2024 arrivent à grands pas. Ou serez-vous pendant ces semaines d'été ?"

Je n'ai malheureusement pas réussi à avoir des places. Mon club en a gagné avec le Judo Loiret. Je serais peut-être au bord du tapis une journée. Je pense que je serais devant ma télé à vibrer derrière toutes les Équipes de France, les Jeux ça doit être magique!





"Le sport, c'est la santé, le bonheur, le bien-être, le vivre ensemble, le dépassement de soi. Mais pour certains, ce ne sont juste que des muscles sans réflexion..."

"Quelles sont les autres sports ou disciplines que vous appréciez?"

Je pratique depuis quelques temps l'escalade et je m'éclate. Je regrette de ne pas voir commencé plus tôt. Je trottine un peu lorsque j'ai du temps et que mes genoux me laissent tranquille. Mais depuis deux ans, je n'ai pas eu trop de temps car après la réussite de l'examen de 6ème dan, nous avons enchaîné directement la préparation de Sébastien Labbé puis d'Aurore Péréa au même examen, ce qui fait que le trio a passé les 3 examens en moins de 2 ans. C'était assez intense et donc il fallait également se préserver des blessures.

"Une bouteille à la mer, un conseil à donner pour les judokas, judokates aux familles!"

Il y en a tellement! Inscrivez vos enfants dans des clubs peu importe le sport. Laissez-les vivre leur passion, ne les jugez pas, surtout lorsqu'ils perdent. Je suis tellement heureux d'avoir eu des parents et des professeurs qui ne m'ont jamais jugé sur mes résultats sportifs sinon, j'aurais arrêté depuis longtemps. Pour les jeunes, croyez en vous. Le travail paye toujours un jour ou l'autre. Je dis souvent aux parents, laissez votre enfant se tromper. C'est important dans son apprentissage. L'enfant essaye, recommence. Il a le droit de se tromper. Il n'est pas à l'école. Ensuite, lorsqu'ils s'engagent dans la voie de la compétition, on ne doit pas se mentir et il faut se donner les moyens.

Je souhaiterais aborder un dernier point si vous me le permettez. Ce point concerne le développement du Jujitsu combat. Pour moi, cette discipline est exceptionnelle et elle respecte l'intégrité du partenaire. On essaye de nous imposer depuis peu une autre version du Jujitsu. Personnellement, je n'adhère pas du tout car cette version existe déjà dans d'autres disciplines. Avec ce projet et selon moi, nous perdons les valeurs éducatives du Judo et du Jujitsu.

Je vous remercie d'avoir pris le temps de me lire et vous souhaite à toutes et à tous de belles fêtes de fin d'année.



Interview & Réalisation Pascal VRIGNAT / Responsable de la Communication & de la Valorisation Décembre 2023.







