



DOSSIER DE PRESSE



2024

OLY

27 JUILLET
AU 3 AOÛT

PARA

5 AU 7
SEPTEMBRE

*JEUX OLYMPIQUES
& PARALYMPIQUES*



ÉQUIPE
FRANCE
JUDO

© CRÉDITS PHOTOS : PAUCE / SEN NO SEN / IJF / FFJUDO / MAMEDY DOUCARA
TEXTES PORTRAITS : MICKAËL CARON

VERSION DU 26/08/2024

SOMMAIRE



- | | | |
|-----------|---|---|
| 04 | EDITORIAL
STÉPHANE NOMIS | |
| 05 | EDITORIAL
FRÉDÉRIQUE JOSSINET | 26 |
| 06 | PROGRAMME | 40 |
| 07 | SUIVRE LA COMPÉTITION | 44 |
| 08 | SÉLECTIONNÉES
OLYMPIQUES | 58 |
| 10 | SÉLECTIONNÉS
PARALYMPIQUES | 62 |
| 11 | ACTUALITÉS
EQUIPE DE FRANCE | 64 |
| 12 | SÉLECTION FÉMININE
OLYMPIQUE | 65 |
| | | 66 |
| | | SÉLECTION MASCULINE
OLYMPIQUE |
| | | SÉLECTION FÉMININE
PARALYMPIQUE |
| | | SÉLECTION MASCULINE
PARALYMPIQUE |
| | | ENCADREMENT |
| | | CHAMPIONS OLYMPIQUES
& PARALYMPIQUES |
| | | ARBITRES FRANÇAIS
ENGAGÉS |
| | | ÉQUIPE DE FRANCE
MIXTE - UNE PREMIÈRE
À JAMAIS |
| | | FAN ZONE FRANCE JUDO |

ÉDITORIAL

Bonjour à toutes et à tous,
Chers ami(e)s,

Les Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, nous les attendons tous depuis des années ; ils représentent certes un objectif sportif, mais aussi une occasion unique pour notre Équipe de France de marquer l'Histoire, celle du sport français et celle du judo.

Le judo français a toujours dignement contribué à la conquête de l'Équipe de France Olympique et Paralympique. A Tokyo, en 2021, dans le pays du judo, notre Équipe de France a brillé avec 10 médailles, dont un titre olympique par équipe mixte devant nos amis Japonais.

Nos athlètes se préparent durement depuis des mois pour cette échéance, et c'est avec beaucoup d'engagement et de détermination que nous arriverons au Grand Palais Éphémère, qui accueillera nos épreuves du 27 juillet au 3 août puis du 5 au 7 septembre 2024.

Cette fête populaire, qui devrait rassembler des millions de téléspectateurs français et étrangers, France Judo veut la partager avec ses 550 000 licenciés, tous les bénévoles qui œuvrent sur le territoire, tous les professeurs, tous nos clubs et tous les amoureux du Judo. C'est pourquoi France Judo a offert aux clubs plus de 7 000 billets, et organisera une Fan Zone à la Fédération pendant les Jeux Olympiques qui pourra accueillir celles et ceux qui n'ont pas la possibilité d'en avoir. Le partage sera le maître-mot de cette formidable aventure que nous nous apprêtons à vivre cet été. Il me reste à souhaiter le meilleur à tous nos athlètes, à



STÉPHANE NOMIS
PRÉSIDENT
DE FRANCE JUDO

notre encadrement technique, à celles et ceux qui accompagnent notre Équipe de France à chacune de ses sorties mondiale et européenne.

Avec une importante ambition affichée, je sais que notre Équipe est capable de relever ce défi planétaire.

**Bonne chance à toutes et à tous !
Rendez-vous le 27 juillet !**

ÉDITORIAL

Enfin nous y sommes ! Les Jeux Olympiques de Paris 2024 sont tout proches, juste devant nous ! C'est un évènement extraordinaire qui arrive chez nous en France. Extraordinaire, parce que c'est la plus grande fête populaire du sport dans le monde, qui réunit les athlètes les plus performants, en portant les valeurs de l'olympisme.

Cette belle fête pour le sport français doit être aussi une fête extraordinaire pour le judo français, pour tous ses acteurs qui œuvrent chaque jour en tant que bénévole, professeur, arbitre, dirigeant, encadrant. C'est aussi leur fête.

Ce sera également la fête des athlètes et au-delà de la fête, des attentes quant à leurs performances. Nous connaissons la valeur de nos athlètes qui composent notre Equipe de France ; nous attendons évidemment beaucoup d'eux.

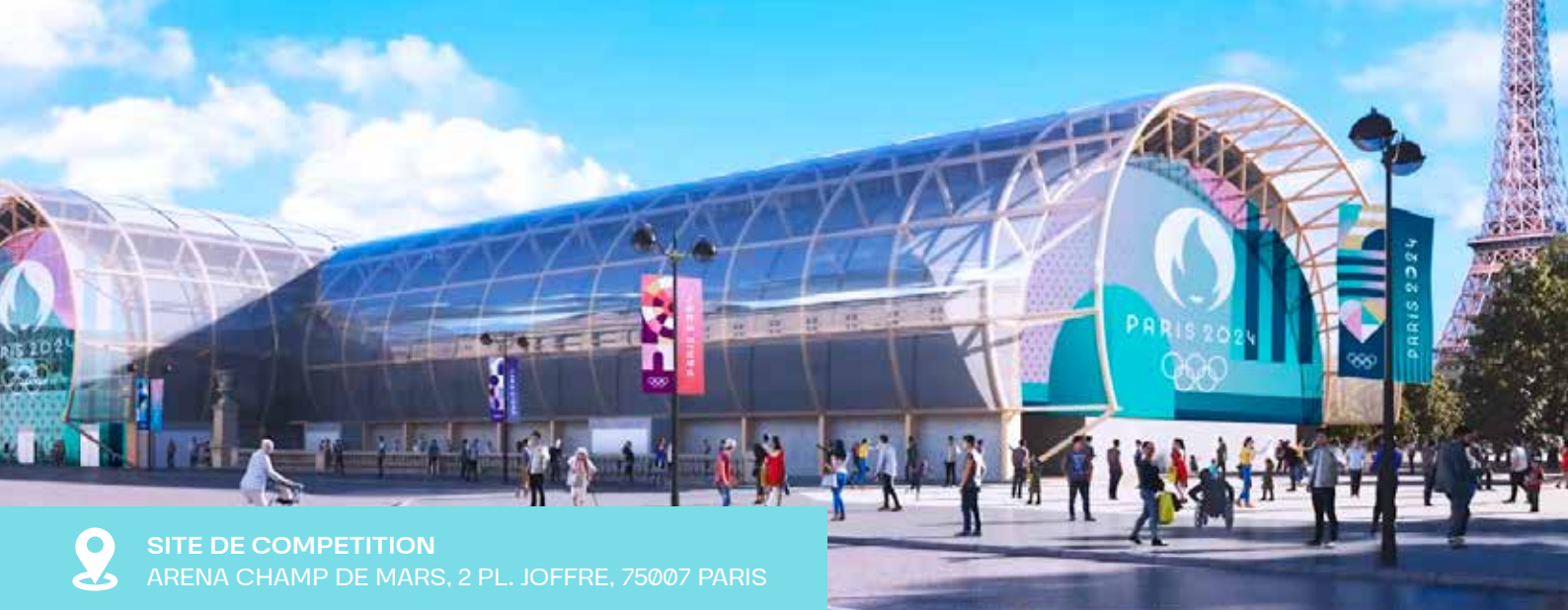
J'aimerais remercier tous les acteurs qui ont accompagné ces athlètes jusqu'à maintenant, à la veille de ces Jeux Olympiques et Paralympiques ; les bénévoles et leurs professeurs, leurs proches, leur famille qui les ont accompagnés, encouragés et ont toujours été là et évidemment tous les clubs qui ont participé à la formation de ces judokas qui vont représenter la France. Je remercie enfin les équipes d'encadrement, quelques soient leurs profils ou leurs statuts, leurs entraîneurs, leur coach, leur responsable, leurs managers persos, leur club et leur président de club, mais aussi l'ensemble des acteurs qui dépendent de la fédération et qui ont chacun participé à leur évolution tels que les staffs médicaux, le service sportif, le service communication, tous les services qui se sont mis à leurs dispositions. En effet, s'ils sont sélectionnés aujourd'hui et vont performer c'est aussi grâce à l'ensemble de ces acteurs et actrices. Pour terminer, je souhaiterais envoyer tout mon courage aux athlètes et leur souhaiter le meilleur pour qu'ils soient le plus performant possible, qu'ils donnent tout, qu'ils aillent

chercher encore une fois le meilleur d'eux-mêmes. On ne va pas se voiler la face, je leur souhaite à tous d'être champion(ne) olympique/paralympique ou médaillé(e) afin d'avoir cette chance de repartir après cet évènement incroyable avec la plus belle des médailles car nous connaissons leur implication de tous les instants.

Qu'ils nous fassent rêver !



FRÉDÉRIQUE JOSSINET
VICE-PRÉSIDENTE EN CHARGE
DU HAUT NIVEAU ET DE LA
PERFORMANCE



SITE DE COMPETITION
ARENA CHAMP DE MARS, 2 PL. JOFFRE, 75007 PARIS

PROGRAMME



PROGRAMME PREVISIONNEL OLY

JOUR 1 - SAMEDI 27 JUILLET

-48KG / -60KG

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 2 - DIMANCHE 28 JUILLET

-52KG / -66KG

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 3 - LUNDI 29 JUILLET

-57KG / -73KG

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 4 - MARDI 30 JUILLET

-63KG / -81KG

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 5 - MERCREDI 31 JUILLET

-70KG / -90KG

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 6 - JEUDI 1ER AOÛT

-78KG / -100KG

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 7 - VENDREDI 2 AOÛT

+78KG / +100KG

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 8 - SAMEDI 3 AOÛT

COMPÉTITION PAR ÉQUIPE MIXTE

08H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

PROGRAMME PREVISIONNEL PARA

JOUR 1 - JEUDI 5 SEPTEMBRE

-48KG J1 & J2 / -57KG J1 / -60KG J1 & J2

10H00-13H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 2 - VENDREDI 6 SEPTEMBRE

-57KG J2 / -70KG J1 & J2 / -73KG J1 & J2

10H00-14H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

16H00-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

JOUR 3 - SAMEDI 7 SEPTEMBRE

+70KG J1 & J2 / -90KG J1 & J2 / +90KG J1 & J2

09H30-13H00 : DÉBUT DES PHASES ÉLIMINATOIRES

15H30-19H00 : DÉBUT DES PHASES FINALES

SUIVRE LA COMPÉTITION



LES PHASES ÉLIMINATOIRES ET PHASES FINALES

En direct tous les jours

**COMMENTAIRES DE RODOLPHE GAUDIN
ET EMILIE ANDÉOL**



LES PHASES ÉLIMINATOIRES ET PHASES FINALES

En direct tous les jours

**COMMENTAIRES DE FRÉDÉRIQUE JOSSINET, LUCIE
DÉCOSSE ET FRÉDÉRIC LECANU**



LES PHASES ÉLIMINATOIRES ET PHASES FINALES

En direct tous les jours

**COMMENTAIRES DE GÉVRISE ÉMANE
ET JEAN-LOUIS TOURRE**



SUIVI DU PARCOURS DES FRANÇAIS sur X et Telegram
TEMPS FORTS sur Facebook et Instagram
INSIDE sur Instagram @francejudo



LES TABLEAUX, L'ORDRE DES COMBATS, LES RÉSULTATS

CONTACTS PENDANT LA COMPÉTITION



ARENA CHAMP DE MARS

Fanny MARTINET
06 07 53 49 33
fanny.martinet@ffjudo.com



CLUB FRANCE FAN ZONE FRANCE JUDO

Alexane CHAUVIN
06 03 59 35 41
alexane.chauvin@ffjudo.com

SÉLECTIONNÉES

OLYMPIQUES



SÉLECTIONNÉS

OLYMPIQUES



SÉLECTIONNÉS

PARALYMPIQUES



L'ACTU

DE L'ÉQUIPE DE FRANCE

CALENDRIER EDF OLY

JUIN			
24	JOURNÉE BLEUE	PARIS	EDF F ET M

JUILLET			
4 ou 12	STAGE	MONTPELLIER	EDF M
9	CONF PRESSE DU STAGE	MONTPELLIER	EDF M
4 ou 12	STAGE	VICHY	EDF F
10	POINT PRESSE DU STAGE	VICHY	EDF F
15 ou 18	STAGE	INSEP	EDF M
17 ou 19	STAGE	INSEP	EDF F
19 ou 24	STAGE DE COHÉSION	LE TOUGUET	EDF F ET M
25	CONFÉRENCE DE PRESSE	CLUB FRANCE	EDF F ET M
27 ou 3	JEUX OLYMPIQUES	PARIS	EDF F ET M

CALENDRIER EDF PARA

JUIN			
24	JOURNÉE BLEUE	DOJO DE PARIS	EDF F ET M

JUILLET			
8 ou 19	STAGE	HOULGATE	EDF F ET M
16	POINT PRESSE STAGE	HOULGATE	EDF F ET M

AOÛT			
5 ou 16	STAGE	SOUSTONS	EDF F ET M
13 ou 14	POINT PRESSE STAGE	SOUSTONS	EDF F ET M
26 ou 1er	REGROUPEMENT	INSEP	EDF F ET M
27	CONFÉRENCE DE PRESSE	CLUB FRANCE	EDF F ET M

SEPTEMBRE			
5 ou 7	JEUX PARALYMPIQUES	PARIS	EDF F ET M

- COMPÉTITIONS
- STAGES
- POINT PRESSE (PP)
- JEUX PARALYMPIQUES



 SHIRINE BOUKLI

N°5
à l'Olympic Ranking List

SHIRINE BOUKLI

-48kg



Samedi
27 juillet



Licenciée
à FLAM 91 (91)



MEILLEURS
RÉSULTATS

Championne
d'Europe 2020,
2022 et 2023



25 ans
Née le 24 janvier 1999
à Nîmes (30)

Coachée en Equipe de
France par Séverine
VANDENHENDE

Vice-championne
du monde 2023

Victorieuse du
Grand Slam de
Paris 2024

“ CHAMPIONNE DE TROISIÈME GÉNÉRATION ”

Pratiquer en famille n'autorise aucun passe-droit. Lorsque Shirine, 3 ans et demi, a eu envie d'entrer dans le dojo du club d'Aramon (Gard), le maître des lieux lui a suggéré de revenir après avoir soufflé sa quatrième bougie.

Le patron, c'était son oncle, Kader Boukli, qui a accueilli sa nièce jusqu'à son départ à l'Insep en 2016. Un parfait exemple d'atavisme. « Mon oncle et mon père étaient judokas. Mon grand-père n'en a pas fait beaucoup mais il appréciait aussi les valeurs de ce sport. Ce serait drôle de savoir si mon arrière-grand-père était déjà dedans », s'interroge Shirine Boukli, qui a longtemps pratiqué la natation avant de faire un choix.

Quand les petits pratiquants n'avaient qu'un cours par semaine, la nièce du prof en faisait « un peu plus », prolongeant le plaisir après la nuit tombée en participant au cours de taijutsu. « On voit les grands champions mais on ne sait pas quel chemin prendre pour faire comme eux », rembobine-t-elle. Alors, la jeune fille a avancé « au jour le jour » : en minimales, on lui a dit qu'elle pourrait participer aux championnats de France cadets. « Trop cool », se souvient-elle avoir répondu à l'idée

de marcher dans les pas de ses aînés. Un article d'un journal local de l'époque, conservé dans les archives familiales, mentionne la participation de l'équipe du Vaucluse, avec le père de Shirine et ses deux frères : « C'était fou pour le club et la région, et pour moi, c'était impressionnant ». Avec son potentiel, l'enchaînement a été rapide : pôle espoirs, un an après sa meilleure amie du club, puis l'Insep et l'équipe de France. Une progression ininterrompue jusqu'aux Jeux olympiques de Tokyo.

L'élimination dès son entrée en lice, pour sa première participation aux JO, Shirine Boukli l'a analysée :

« J'ai été spectatrice au lieu d'être réellement moi-même. D'une certaine façon, c'est rassurant : le jour où j'arriverai à tout montrer, je ferai beaucoup mieux ». À la déception sportive s'est ajoutée la malchance d'être la seule non médaillée du judo tricolore. Un constat qu'on n'a cessé de lui rabâcher. Six mois après les Jeux, alors qu'elle venait de gagner le Masters à Jérusalem (Israël) contre la Japonaise Wakana Koga, des interrogations insistantes la ramenaient encore à sa contre-performance tokyoïte. « C'est devenu relou, dit-elle. Je ne me suis pas gênée pour demander qu'on arrête de me poser cette question car j'étais passée à autre chose. Tant pis pour

les personnes qui continuent de regarder en arrière ».

Plus constructif est le récit de son rebond, qu'elle partage volontiers. « Mon club et ma famille m'ont beaucoup accompagnée. A une époque, je pensais qu'en disant à mon cerveau que je voulais gagner, personne ne pourrait me poser de problème. Mais la préparation mentale est bien plus compliquée que ça. » La courte olympiade vers Paris, riche en médailles, a accru sa confiance. « Passer d'une Shirine qui perd à Tokyo à une Shirine championne d'Europe pour la troisième fois (en 2023) et qui va refaire les Jeux olympiques, cela peut inspirer d'autres personnes. Je suis fière d'avoir surmonté ma déception. C'est ce qui fait la différence entre les bons sportifs et les champions : les uns abandonnent, les autres se servent des passages difficiles pour devenir meilleurs ».

Une réminiscence de certaines compétitions en cadette ou junior, quand « l'envie d'arrêter » qui l'étreignait parfois avait « disparu » le lendemain. « Nous prenons tous des chemins différents, rappelle la vice-championne du monde de Doha, en 2023. Sur ma route, il y a eu cette déception olympique mais elle donnera quelque chose de plus beau. J'y crois vraiment ».

N°4
à l'Olympic Ranking List

AMANDINE BUCHARD

-52kg



Dimanche
28 juillet



Licenciée
au PSG Judo (75)



**MEILLEURS
RÉSULTATS**

Médaillée de bronze
aux championnats
du monde 2014, 2018,
2022 et 2023



29 ans
Née le 12 juillet 1995
à Bagnolet (93)

Coachée en Equipe
de France par
Christophe MASSINA

Vice-championne
olympique 2020

Championne
d'Europe 2021 et 2023

“ LE MOUVEMENT PERMANENT ”

Le grand-père et le père d'Amandine Buchard ont pratiqué la lutte. Ce dernier voulait que sa fille, hyperactive et dissipée à l'école, qui se battait souvent dans la cour de récréation, apprenne à se défendre. Il l'a emmenée au dojo où l'enfant de 6 ans a appris des valeurs communes :

le respect de l'adversaire et l'entraide.

Deux décennies ont passé mais le constat n'a pas vraiment changé : Amandine est restée hyperactive. Un trait de son caractère qu'elle apprend à canaliser avec son préparateur mental. « Je suis

une pile électrique, tout le temps à mille à l'heure, reconnaît-elle. Quand je ne fais pas de judo, j'ai besoin d'aller au rugby, au squash, au five ou au yoga bikram. » Avec ses amis, le mouvement reste au programme : bowling, escape game, karting ou paint-ball. Seule exception : les jeux vidéos, où elle bouge « un peu moins ».

Guère étonnant, dès lors, qu'Amandine Buchard imagine ses prochains voyages sac au dos. Elle a toujours aimé voyager « énormément » et nourrit une « légère frustration » lors des stages ou des compétitions à l'étranger. « Avec la fatigue, on n'a pas toujours envie de visiter alors qu'on ne sait

pas toujours quand on reviendra dans tel ou tel endroit ». Elle sait déjà que le Japon sera l'une de ses premières destinations après les Jeux. Ce pays, où elle a remporté une médaille d'argent en 2021, la fascine. « J'adore la culture, l'architecture, la nourriture », s'enthousiasme-t-elle. Un road-trip en Amérique du Sud lui plairait également. Curieuse, elle cite l'Argentine et l'Uruguay, deux pays qui ne figurent pas en tête des destinations fréquentes des vacanciers.



ANALYSE DE LA PERFORMANCE

N°5
à l'Olympic Ranking List

SARAH-LÉONIE CYSIQUE

-57kg



Lundi
29 juillet



Licenciée
à l'ACBB (92)



MEILLEURS
RÉSULTATS

Vice-championne
d'Europe 2022



26 ans
Née le 6 juillet 1998 à
Sarcelles (95)

Coachée en Equipe de
France par Séverine
VANDENHENDE

Vice-championne
olympique 2020

Médaillée de
bronze aux
championnats
d'Europe 2020 et
2021

“CELLE QU'ON N'ATTEND PAS”

Les plus belles victoires de Sarah-Léonie Cysique ont été collectives. A commencer par la médaille d'or dans la compétition mixte par équipe aux Jeux olympiques de Tokyo. « Une sensation de chaleur familiale toute la journée, une joie immense, un lâcher-prise total », se souvient celle qui a rapporté aux Bleus le point décisif contre les Japonais.

« Ce succès collectif m'a réchauffé le cœur alors que, comme d'autres, je n'étais pas forcément contente de ma performance individuelle, rappelle-t-elle. J'ai pleuré pendant des heures et quand on me demandait pourquoi, je ne savais pas ». Aujourd'hui, elle en a une idée plus précise : « Je n'avais jamais ressenti une émotion aussi forte avant ». Pas une émotion positive, en tout cas.

Car au Japon, la Sarcelloise a d'abord vécu une grande déception individuelle dans sa catégorie des moins de 57 kilos. « Au début de la journée, je me disais : "Tu vas être championne olympique". J'en étais convaincue ». Les premiers tours font grandir sa confiance. « J'ai battu des filles fortes, je me sentais bien, aucun stress ne m'inhibait », énumère-t-elle trois ans plus tard. En finale, malheureusement, elle s'est « peut-être un peu précipité » à vouloir enchaîner les attaques contre

la Kosovare Nora Gjakova. « Elle était à ma portée », peste toujours Sarah-Léonie Cysique, battue sur une pénalité « injuste ». Elle sent encore le goût amer de cet ultime combat perdu.

Les minutes qui ont suivi sa finale au Nippon Budokan ont été indigestes. « La pilule a été dure à avaler. Sur le podium, quand j'ai reçu ma médaille d'argent, j'étais partagée. La première pensée, c'est que j'étais passée à côté de l'or donc c'était dur de positiver. J'ai énormément pleuré. Dans mes larmes, il y avait moins de joie que de tristesse ». Trois années l'ont aidée à cicatriser et à considérer la juste valeur de son tournoi olympique.

« Ma médaille d'argent, je ne me suis jamais dit que je ne l'aimais pas ». D'argent, elle a savouré beaucoup plus ses trois médailles de vice-championne du monde par équipe mixte. Et même sa troisième place aux championnats d'Europe 2023 à Montpellier. « J'ai vite senti que je n'étais pas dans ma meilleure forme. Après le quart de finale perdu, j'ai eu envie de pleurer et de bouder dans mon coin », admet-elle. Grâce à ses entraîneurs, la rage de vaincre est remontée à la surface et Sarah-Léonie Cysique s'est « surpassée » pour grimper sur la boîte. « Cette médaille de bronze en vaut dix parce que je suis allée la chercher avec les tripes ».

Dans une catégorie très relevée,

« les gens s'attendent moins à ce que je gagne », pense-t-elle. Depuis les juniors où la Française se fixait d'autres objectifs que la victoire afin d'attendre ceux qui étaient à sa portée. « En passant chez les seniors, je savais que le chemin serait sinueux », rembobine celle qui constatait alors « un fossé » avec ses principales concurrentes. Impression confirmée par une cinquième place à ses premiers championnats d'Europe seniors, où elle se voit « comme un bébé dans la cour des grands ». Et puis, Sarah-Léonie Cysique s'est rapprochée des podiums, a glané une première médaille individuelle en 2020 - elle totalise trois médailles européennes individuelles désormais - et les regards ont évolué. « J'ai mis un peu de temps à me rendre compte que les autres filles étudiaient mon judo parce que je me hissais à leur niveau ».

Souvent présente, jamais gagnante. Jusqu'au Grand Chelem à Astana (Kazakhstan), en 2023, où le « bébé » fait enfin pleurer ses adversaires. « J'avais promis à ma mère de lui ramener une médaille d'or pour son anniversaire et je l'ai fait », savoure-t-elle au souvenir de ce triomphe doublement symbolique, car obtenu contre la championne olympique de Tokyo. « Aujourd'hui, soupèse la grande copine de Romane Dicko, je sais que ma place est légitime ».



SARAH-LÉONIE CYSTOU



CLAUDE AGUEHOMOU

N°6
à l'Olympic Ranking List

CLARISSE AGBEGNENOU

-63kg



Mardi
30 juillet



Licenciée
au RSC Champigny (94)



**MEILLEURS
RÉSULTATS**

Championne du
monde 2014, 2017,
2018 2019, 2021 et
2023



31 ans
Née le 25 octobre 1992
à Rennes (35)

Coachée en Equipe de
France par Ludovic
DELACOTTE

Double
championne
olympique 2020

Championne
d'Europe 2013,
2014, 2018, 2019 et
2020

ELLE COMBAT SUR TOUS LES TERRAINS

Une colle : est-il plus long d'énumérer toutes les médailles d'or internationales amassées par Clarisse Agbegnenou ou faire la liste des causes qu'elle soutient ?

Ses nombreux combats remportés sur les tatamis ne l'empêchent pas d'en mener beaucoup d'autres en dehors. Commençons par les premiers. Depuis ses deux médailles d'or olympiques à Tokyo, la Rennaise a ajouté, à Doha (Qatar) un sixième titre mondial à sa collection. Seule la Japonaise Ryoko Tani a fait mieux (sept).

Au cas où les victoires éroderaient sa soif de vaincre, deux rivales se sont chargées de la remonter comme une pendule lors des championnats d'Europe à Montpellier, en novembre 2023. La Kosovare Laura Fazliu et la Hongroise Szofi Özbas l'ont battue, respectivement en quart de finale et en repêchage. Elles partagent donc la responsabilité d'avoir ajouté de la « hargne » à la reine des moins de 63 kilos, qui n'en manque pas. Perdre à ce niveau a constitué une vexation pour celle qui a remporté la compétition à cinq reprises entre 2013 et 2020. Ses victoires autoritaires au Paris Grand Slam puis au Grand Chelem de Tachkent, début 2024, ont confirmé qu'elle serait, comme toujours, la femme à battre à Paris. Déjà, avant les Jeux de Tokyo, Clarisse Agbegnenou

trouvait qu'on lui parlait davantage de l'édition suivante. Alors, elle a choisi de ne pas consacrer toute l'olympiade au sport. En juin 2022, son premier enfant est né : Athéna.

En retrait de la compétition pendant près d'un an, l'étoile de Champigny-sur-Marne n'a pas cessé le combat. Elle les a simplement déplacés à l'écart des tatamis. La porte-drapeau de Tokyo a utilisé sa notoriété pour faire avancer des causes qui lui sont chères. En plus d'être mère, Clarisse Agbegnenou est plusieurs fois marraine. D'une école (Saint-Lambert), d'un programme du Comité National olympique et sportif français (La Relève), d'une opération (Sport féminin toujours) et d'une association (SOS Préma). Elle promeut l'égalité partout où il en manque : entre les salaires des femmes et des hommes ; entre valides et para-athlètes.

Elle a partagé sa profession de foi en 2021, à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, comme si elle s'adressait à une petite fille. « Je me dois de te dire que dans ta vie, certains t'empêcheront d'exploiter tout ton potentiel, et chercheront n'importe quelle excuse pour critiquer ta réussite ou même t'imposer une pseudo norme, simplement parce que tu es une femme. Or, écoute-moi, personne n'en a le droit », avait-elle écrit.

Depuis trois ans, l'adjutant Agbegnenou - elle appartient à

la Gendarmerie nationale - met à l'amende les esprits étroits qui tentent d'imposer des limites. L'excellence sportive donne beaucoup d'écho à ses opinions et tant pis si certaines déplaisent. La jeune mère a obtenu que sa fille l'accompagne pendant ses entraînements à l'Insep. Pendant la durée des Jeux, des hébergements aménagés ont été prévus pour les athlètes qui ne souhaitent pas être séparés de leurs enfants. Une demande portée avec assiduité par la judoka. Sa détermination ne faiblit pas. Sur les réseaux sociaux, elle s'est dite « fière de montrer à [sa] fille et plus largement aux petites filles et petits garçons que rien n'est jamais acquis, que la lutte est continuelle à tous les niveaux ».

Quiconque aurait mené autant de combats pendant l'olympiade serait épuisé. Pas elle. Ses sources de motivation sont intarissables. D'abord, pour gagner sous les yeux d'Athéna. Aussi, pour effacer le souvenir d'une de ses pires journées en kimono : la finale des Jeux de Rio, en 2016. « Toute la journée, j'avais une boule au ventre. Je ne pouvais même pas me tenir droite, se souvient-elle. Je n'y étais pas, tout simplement »

Au retour du Brésil, elle s'est mise au yoga, pour améliorer sa concentration et sa respiration. Elle s'est également faite une promesse, qu'elle se rappellera dans la chambre d'appel à Paris : « Ce jour-là, je me suis dit qu'il y aurait une fois, pas deux ».



N°7
à l'Olympic Ranking List

MARIE-ÉVE GAHIÉ

-70kg



Mardi
31 juillet



Licenciée
au PSG Judo (75)



MEILLEURS
RÉSULTATS



27 ans
Née le 27 novembre
1996 à Paris 15^e (75)

Coachée en Equipe
de France par
Christophe MASSINA

Championne du
monde 2019

Championne
d'Europe 2022
et 2023

“ APRÈS LES DOUTES ”

Ce qu'aime par-dessus tout Marie-Eve Gahié, c'est «retourner au travail, encore plus après un échec». Sa faculté de réaction a été durement éprouvée en 2021. Défaite dès son entrée en lice aux championnats d'Europe, elle n'est pas sélectionnée pour les Jeux olympiques.

Un retour sur terre brutal pour la championne du monde en titre, sacrée deux ans plus tôt à... Tokyo. «Pour moi, il était logique de participer aux JO», confie-t-elle trois ans plus tard, comme si elle peinait encore à comprendre comment le train a déraillé.

La Parisienne passe l'été 2021 en vacances sous le soleil de l'Italie mais elle ne se sent pas à sa place. Elle aurait dû être au Japon. Une profonde remise en question s'opère avec ses proches. «Certains m'ont dit qu'il n'y avait pas mort d'homme et que la vie continuait, se souvient Marie-Eve Gahié. Mais quand on est dans une bulle pendant des mois, à ne penser qu'à notre objectif, on ne se rend plus compte que la vie

continue». Elle pèse le pour et le contre, se demande même si elle veut continuer le judo. Son entourage l'encourage : «Cocotte, tu es folle ou quoi ? Pourquoi tu doutes ? Tu iras aux prochains Jeux». Ces mots, ainsi que sa foi, regonflent la championne, qui refuse d'abandonner. «Une fois prise la décision de retourner à l'entraînement, j'ai cessé d'y penser», dit-elle.

En 2022 et en 2023, la pensionnaire du PSG coiffe deux couronnes européennes d'affilée. Mais elle s'incline aux Mondiaux de Tachkent contre la Japonaise Saki Niizoe, au bout d'un combat épique de huit minutes. Sa deuxième défaite de l'année contre la même adversaire. «Je n'ai pas aimé perdre sur shido, enrage-t-elle encore. Surtout, je me suis demandé pourquoi je n'avais pas trouvé la solution». A force de travail, elle pense avoir trouvé la clé pour mettre un pied dans la porte lors d'une prochaine confrontation. À Paris ?

Les Jeux sont entrés dans la vie de Marie-Ève Gahié en 2008. En vacances en famille à New

York, elle tombe sur les épreuves de gymnastique à la télévision américaine. Un flash la ramène à ses 7 ans, l'année de ses premiers pas au judo. Son club propose des cours de gymnastique rythmique et sportive. La jeune fille arrive «toujours en avance» pour observer les entraînements de ce sport qu'elle trouve «tellement beau» avec les couleurs, les rubans, les ballons... «Je trouvais tout gracieux, à l'opposé du judo», rit celle qui aurait volontiers enfilé un justaucorps.

Finalement, le judo a été le sport sport de sa vie. Un loisir, d'abord, même lors de ses premières compétitions à l'âge de 10 ans. A partir du sport-études puis à son entrée à l'Insep, Marie-Eve Gahié a vraiment réalisé qu'elle pourrait aller loin. En 2013, elle porte à son cou l'or européen et mondial chez les cadettes. Le train est lancé et ne s'arrêtera plus. «J'ai commencé le judo pour canaliser mon énergie, pas pour devenir une championne, rappelle-t-elle. Tant mieux car j'ai pu profiter de la vie. J'ai bien aimé ce cheminement».

N°6
à l'Olympic Ranking List

MADELEINE MALONGA

-78kg



Jeudi
1^{er} août



Licenciée
à l'ESBM (93)



MEILLEURS
RÉSULTATS

Championne du
monde 2019



30 ans
Née le 25 décembre
1993 à Soisy-sous-
Montmorency (95)

Coachée en Equipe de
France par Ludovic
DELACOTTE

Vice-championne
olympique 2020

Championne
d'Europe 2018
et 2020

“ L'OLYMPIADE LA PLUS LONGUE ”

«Pourquoi je suis là ?» Cette question, Madeleine Malonga se l'est posée quelques mois après les Jeux de Tokyo, fin 2021. De retour à l'entraînement après deux mois de vacances, la finaliste olympique réalise alors qu'elle a perdu ses repères.

«J'ai compris que j'avais besoin d'aide. J'ai osé en demander et j'en suis fière», résume-t-elle. Son goût pour le développement personnel et ses études en coaching professionnel, à HEC, l'ont inclinée à partager sa vulnérabilité. «Dans un sport de combat, montrer une faiblesse n'est pas facile. Surtout que les sportifs de haut niveau sont conditionnés mentalement».

La médaille d'argent ramassée au Nippon Budokan - plus l'or par équipes - a refermé une olympiade glorieuse : championne (2019) et vice-championne du monde (2021), double championne d'Europe (2018 et 2020). Elle en a ouvert une autre, plus douloureuse. «J'avais énormément travaillé pendant cinq ans et j'étais sur mon nuage, resitue l'étoile de Blanc-Mesnil. Il a fallu digérer et retrouver du sens». Une blessure et trois changements d'entraîneur - «subis», rappelle-t-elle - ont rongé la confiance de celle qui a «besoin d'un cocon» pour donner son meilleur. Le début des difficultés. Octobre 2022 : défaite au deuxième tour des championnats du monde.

Pour l'édition suivante, en mai 2023, elle n'est même pas sélectionnée. «J'étais titulaire depuis 2018 donc ça m'a mis un coup, reconnaît-elle. A un an des Jeux, c'était chaud, je n'étais pas là où je voulais être». Encore moins après sa défaite au deuxième tour des championnats d'Europe, en novembre 2023. «La remise en cause a été dure». Le soutien familial a été précieux mais entendre ses proches relativiser un échec, quand on ne pense qu'à la victoire, n'est pas forcément l'idéal.

Il a fallu «tout mettre au clair dans la tête», avec l'entraîneur national, Ludovic Delacotte, sa préparatrice mentale, Anaëlle Malherbe, et la psychologue, Élise Anckaert. «La confiance en soi peut gravement souffrir d'un échec, a-t-elle constaté. Quand on commence à perdre, elle n'est plus la même. En revanche, que l'on gagne ou que l'on perde, l'estime de soi ne doit pas s'effriter». Jugés au nombre de titres ou de médailles, les sportifs d'élite peuvent éprouver des difficultés à s'en détacher. Madeleine Malonga y a beaucoup pensé : «Ça nous anime depuis tout petits mais ça nous flingue aussi. Car le jour où ça marche moins bien, on se dit qu'on est nul».

Le comité de sélection de la fédération a rebattu les cartes dans la catégorie des moins de 78 kilos. «Je me suis entraînée comme une dingue jusqu'à la dernière étape, le Paris Grand

Slam». Après sa médaille de bronze à l'Accor Arena, elle ne pensait pas qu'il y aurait une marche supplémentaire, six semaines d'attente vécues comme «un contre-coup moral».

Finalement sélectionnée le 12 avril, la vice-championne olympique a pris le temps d'apprécier le chemin parcouru en trois ans. «Il y a eu des hauts et des bas, jusqu'à avoir cette épée de Damoclès au-dessus de la tête à chaque compétition», rappelle-t-elle. Lorsque la bonne nouvelle est tombée, Madeleine Malonga a «switché», «comme une femme qui souffre le martyr pendant son accouchement mais qui oublie tout dès qu'elle prend son enfant dans ses bras». Dotée de «résilience et d'abnégation», elle veut être «positive» désormais. «Je suis fière du processus, qui m'a beaucoup plus appris qu'avant Tokyo, où tout avait été plus fluide».

A présent, la judoka se dit concentrée «à fond» sur son objectif ultime : une première médaille d'or individuelle aux Jeux. «Cet objectif va m'animer jusqu'au 1er août, c'est comme une addiction. On verra le lendemain si j'étais trop fatiguée pour l'atteindre». Elle sait déjà que l'olympiade a été «une vraie découverte» d'elle-même. D'ici là, la trentenaire a une pensée pour «toutes les numéros 2» qui ont dû renoncer à leur rêve en cours de route, quelle que soit leur valeur sportive.



MAÏCHELINE MAÏCHELINE



ROMANE DICKO

N°1
à l'Olympic Ranking List

ROMANE DICKO

+78kg



Vendredi
2 août



Licenciée
au PSG Judo (75)



MEILLEURS
RÉSULTATS

Championne du
monde 2022



24 ans
Née le 30 septembre
1999 à Clamart (92)

Coachée en Equipe de
France par Séverine
VANDENHENDE

Médaillée de
bronze olympique
2020

Championne
d'Europe 2018,
2020, 2022 et 2023

“ LES HOMMES DE SA VIE ”

Quand on a demandé à Romane Dicko de citer une personne ayant eu un rôle essentiel dans son parcours sportif, la réponse a fusé. «Mon premier entraîneur, Karim Dali. C'est avec lui que tout a commencé».

Dès la fin du premier entraînement au Randoris Club de Villeneuve-le-Roi, l'ancien sparring-partner de David Douillet lui aurait dit : «Tu vas faire du haut niveau. Si tu le veux et que tu acceptes, je veux bien t'accompagner dans ce projet». Une vision d'avenir qui étonne encore celle qui se dit «nulle» avec sa ceinture blanche autour de la taille.

Avant Romane, personne ne faisait de compétition dans ce petit club du Val-de-Marne. Mais l'entraîneur s'est impliqué à fond, a accompagné sa prometteuse élève en stage et en compétition, pendant des années d'apprentissage, jusqu'au premier titre européen en 2018. «C'était important pour moi de finir l'aventure avec le club avant de partir», affirme la désormais quadruple championne d'Europe. Entre eux, les contacts sont toujours fréquents, preuve d'un «lien particulier» avec l'entraîneur qui a pris par la main et lancé vers le haut niveau la cousine de Teddy Tamgho, l'ancien champion du monde du triple saut.

Karim Dali a propulsé Romane Dicko sur le plan sportif, son père l'a accompagnée dans les bons et les moins bons moments. Au sens propre : dès les cadets, Daniel Dicko a posé des jours de congés et a fait chauffer sa carte bleue pour suivre sa fille. Une habitude qui perdure. En 2019, il a fait douze heures de vol jusqu'à Osaka, au Japon, pour assister à la première compétition de Romane après une sérieuse blessure. Défaite au premier tour, elle fond en larmes. «Je ne suis pas venu te voir pour gagner mais pour combattre. Demain, on rira ensemble», l'a-t-il réconfortée.

Déjà, pendant son année et demie d'indisponibilité due à ses soucis à l'épaule et au genou, Daniel Dicko avait été d'un grand soutien. «Je ne lui parlais pas car j'étais frustrée mais il l'a accepté. A cette époque, il a été mon part-feu», se souvient Romane. Tout en restant à sa place et sans chercher à s'immiscer sur le judo, apprécie l'admiratrice de Serena Williams. «S'il m'avait mis la pression comme Richard Williams l'a fait avec ses filles, Venus et Serena, j'aurais arrêté le judo, assure-t-elle. Au contraire, il m'a toujours dit que je pouvais faire autre chose et que ce ne serait pas grave». Sans pression familiale, Romane Dicko n'a pas pour autant vécu un long fleuve tranquille.

A tout rafler ces dernières années, l'ancienne nageuse a fait oublier que l'olympiade avant Tokyo avait été éprouvante. Championne d'Europe pour la première fois en 2018, à 18 ans, Romane Dicko ne se fixe qu'un objectif : les JO. Mais avec ses blessures, le doute grandit. «Je me suis beaucoup demandé si j'allais être capable de remonter la pente et de retrouver mon niveau», rembobine la native de Clamart (Hauts-de-Seine). Les Jeux reportés d'un an à cause de la pandémie de Covid-19, des centaines de sportifs vivent une olympiade à rallonge. Celle de Romane a duré «à peine un an demi». Et s'est conclue en beauté, avec le bronze en individuel et l'or par équipe.

Désormais, son but est de «tout gagner». A la fin de sa carrière, elle aimerait que ses adversaires disent : «Purée, elle était forte, quand même. C'était pénible de l'avoir dans mon tableau». Avec l'or à Paris dans sa catégorie, Romane Dicko aurait enlevé tous les titres possibles. «Il me faut au minimum trois titres olympiques en individuel, contredit-elle. Il y a plus de longévité chez les lourdes et aux Jeux de Brisbane, en 2032, je n'aurai que 32 ans. Tant que le corps suit et que je kiffe le judo, je continue». Daniel Dicko n'a pas fini de voyager.

N°3
à l'Olympic Ranking List

LUKA MKHEIDZE

-60kg



Samedi
27 juillet



Licencié
au PSG Judo (75)



**MEILLEURS
RÉSULTATS**

Champion
d'Europe 2023

Médaillé de bronze
olympique 2020

Vainqueur au Paris
Grand Slam 2024



28 ans
Né le 5 janvier 1996 à
Tbilissi (Géorgie)

Coaché en Equipe
de France par Daniel
FERNANDES

“ FIER D'ÊTRE FRANÇAIS ”

Est-on plus fier d'appartenir à un pays quand on l'a choisi ?

« Plus que les natifs, je ne sais pas, mais au moins autant », répond Luka Mkheidze, arrivé enfant en région parisienne, puis au Havre (Seine-Maritime).

Ses parents ont quitté la Géorgie en quête d'un avenir meilleur pour leurs trois enfants. « Les médias aiment dire que nous sommes partis à cause de la guerre mais ce n'est pas ça, recadre le pensionnaire du PSG. En revanche, nous sommes repartis de zéro, sans connaître personne, et je suis fier de m'être bien intégré ». À l'écouter raconter son histoire dans un français impeccable, on a du mal à croire qu'il n'en parlait pas un mot quand il a laissé Tbilissi derrière lui. Le judo, en revanche, faisait partie de sa vie en Géorgie. Par hasard, il habitait juste à côté d'un des principaux clubs de la capitale, Shevardeni.

Quand il rentre au pays, pour des vacances studieuses ou des stages, il repasse la porte du dojo où l'accueil est toujours chaleureux, dans un pays de 4 millions d'habitants qui a fêté sa médaille de bronze aux Jeux olympiques de Tokyo sans se

soucier de sa nationalité sportive. La présidente, Salomé Zourabichvili, l'a félicité en personne. Dernièrement, une chaîne de télévision géorgienne est venue à sa rencontre. Lorsque le reportage a été diffusé, il a reçu « énormément » de messages.

Son potentiel de judoka, identifié dans son pays natal, a été développé dans sa patrie d'adoption. L'entrée au sport-études de Rouen a été un premier déclic. Le tournoi de sélection pour ses premiers championnats du monde, en 2018, un second. « Nous étions quatre en lice et le meilleur gagnait son ticket, se souvient-il. Je n'avais rien à perdre et j'ai atteint la finale alors que les autres ont été éliminés aux tours précédents. J'ai été retenu pour les Mondiaux sans avoir participé à un Grand Chelem ni à un Grand Prix et j'ai réalisé que je pouvais faire de grandes choses ». Il concrétise en 2021 : vice-champion d'Europe puis premier médaillé français à Tokyo, tous sports confondus. « Nous étions à l'autre bout du monde, sans public à cause du Covid-19, les interviews se faisaient par écrans interposés. Dans d'autres circonstances, on aurait pu célébrer comme il se devait ». La bulle sanitaire étanche ne l'a pas

empêché de savourer la surprise qu'il a créée alors qu'un an plus tôt, en 2020, il n'aurait pas été sélectionné. La fin de l'olympiade actuelle a été riche en résultats : médaillé d'or aux championnats d'Europe, l'an dernier à Montpellier, puis vainqueur du Paris Grand Slam, en février dernier. « J'adore la victoire, c'est ce qui m'anime », reconnaît Luka Mkheidze, épanoui dans un sport complet, qui réclame d'être « puissant, rapide, malin et de réfléchir vite ». Et où l'on ne cesse d'apprendre.

Quand il rangera sa ceinture à la fin de sa carrière, le Normand aimerait laisser le souvenir d'un homme qui a su saisir sa chance grâce aux nombreuses mains tendues. « Énormément de personnes ont cru en moi et ne m'ont pas lâché lorsque ça ne marchait pas, dit-il avec le plus grand sérieux. Au haut niveau, il y a un staff qui nous guide, nous conseille, nous soutient et nous met en confiance : des entraîneurs, des kinés, des médecins. Une médaille n'est jamais la récompense d'une seule personne ».



LILIA MIKHEIDZE



 WALIDE KIYAR

N°16
à l'Olympic Ranking List

WALIDE KHYAR

-66kg



Dimanche
28 juillet



Licencié
au PSG Judo (75)



MEILLEURS
RÉSULTATS



29 ans
Né le 9 juin 1995 à
Bondy (93)

Coaché en Equipe
de France par Daniel
FERNANDES

Médaillé de bronze
aux championnats
d'Europe et du
monde 2023

Champion
d'Europe 2016

**GRAND
VOYAGEUR**

Si l'on s'amuse à chercher un sportif né à Bondy et licencié au PSG, ce n'est pas Walide Khyar que l'on cite en premier. « On pense plus à Kylian Mbappé, c'est normal », s'incline avec fair-play le médaillé de bronze des championnats du monde à Doha (Qatar), en 2023.

Mais l'attaquant de l'équipe de France de football n'est pas le seul champion issu de la commune de Seine-Saint-Denis : Aurélien Diesse, sélectionné pour les Jeux en -100 kilos, et la quadruple championne d'Europe, Audrey Tcheuméo, sont également Bondynois.

Walide Khyar a grandi plus au sud de la région parisienne, à Châtenay-Malabry (Hauts-de-Seine), où le judo est entré dans sa vie, à l'âge de 8 ans, sous la forme d'un prospectus glissé dans la boîte aux lettres du domicile familial. « La nouvelle structure qui ouvrait à côté de chez moi proposait du karaté et du judo. Les deux entraîneurs se sont présentés à moi mais celui du karaté avait moins une tête de gentil », raconte-t-il, des années plus tard. Marwane, l'un de ses deux frères, a goûté à l'autre art martial pendant quatre mois avant de rejoindre Walide au dojo. Il a pratiqué jusqu'à la ceinture noire mais n'a pas accroché autant et a finalement bifurqué vers une vie professionnelle d'expert-comptable. Il s'intéresse de près au judo, à travers son cadet de deux ans. Occupé par la fin de ses études, Marwane n'a suivi Walide qu'aux championnats du monde seniors. Leur mère, en revanche, a commencé très tôt à l'accompagner sur les tournois,

dès les juniors. « Elle n'a raté aucune édition des championnats d'Europe et du monde : États-Unis, Émirats arabes unis, Brésil, Japon... Sans le judo, elle n'aurait pas eu l'occasion, ni même l'idée, d'aller à Tachkent, en Ouzbékistan, alors qu'elle aime voyager autant que moi ».

A ses yeux, les moments partagés, autour d'une table ou d'un verre, « n'ont pas de prix ». « Les autres athlètes ne sont pas énormément accompagnés. Ma famille est l'une des plus présentes », observe le Francilien, également encouragé par sa femme. Les Khyar ont le sens de l'organisation : « Parfois, j'apprends qu'ils viennent pour une compétition mais d'autres fois, je ne suis pas au courant afin de ne pas m'ajouter de stress ». Lorsque ses proches se déplacent, Walide Khyar les voit souvent après la pesée. « Ça peut être seulement une heure, à ma demande, si j'en ai besoin ». Parfois, le judoka préfère rester dans sa bulle de concentration. Dans ce cas, les retrouvailles familiales n'ont lieu qu'après sa journée de compétition, souvent l'une des premières au programme. Ce qui octroie du temps à ces « vrais fans de judo » pour assister à la compétition par équipes, qu'ils adorent.

Sans la curiosité de sa mère, Walide Khyar n'aurait sûrement pas eu le même parcours, plutôt précoce. C'est elle qui l'a inscrit en sport-études. « En prenant des renseignements, elle avait appris que je pourrais m'entraîner deux fois par jour tout en étudiant ». Elle a fait acte de candidature auprès de sept sections et

Walide avait été accepté partout, sauf dans une. « A Tours, rit-il. Plus tard, j'ai retrouvé l'entraîneur en équipe de France. Quand je lui ai demandé pourquoi son sport-études m'avait refusé, il n'a pas su me répondre ». Encore elle qui a obtenu l'entrée de Walide au pôle France alors qu'il était cadet, puis lui parler en premier de l'INSEP. « Elle s'est occupée de tout alors que ce n'était pas son domaine de prédilection, confie Walide avec une infinie gratitude pour cette mère préparatrice en pharmacie, qui a ensuite travaillé à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM). Elle a vu que je prenais le judo au sérieux et a voulu mon bonheur ». Adolescent, il n'avait pas aimé « de la même façon » les autres sports, ni ressenti « la même sensation de victoire » qu'à la fin d'un combat ou d'une journée. « Quand on a fait le taf, dit-il, c'est addictif ».

Il était cadet lorsque la dépendance a commencé, au Festival Olympique de la Jeunesse Européenne d'été en 2011, à Trabzon (Turquie). « Il y avait des anneaux olympiques partout, des cérémonies d'ouverture et de clôture, plein de sports différents, un bâtiment France », énumère-t-il. Il y a eu, surtout, « un premier hymne national » sur le podium, après sa victoire en finale contre l'Italien Elios Manzi, qui l'avait battu en finale des championnats d'Europe peu avant. Depuis, les deux judokas se sont repris plusieurs fois et pourraient vivre un face-à-face supplémentaire pendant le tournoi olympique à Paris. « Treize ans plus tard, imagine Walide Khyar, ce serait fou ».

N°35
à l'Olympic Ranking List

JOAN-BENJAMIN GABA

-73kg



Lundi
29 juillet



Licencié
au JC Chilly Mazarin (91)



**MEILLEURS
RÉSULTATS**

Vice-champion
d'Europe -23 ans
2022



23 ans
Né le 7 janvier 2001 au
Chesnay (78)

Coaché en Equipe de
France par Guillaume
FORT

Médaillé de bronze
aux championnats
d'Europe 2024

Vice-champion
du monde par
équipe mixte 2021,
2022, 2023, 2024

“ DANS UN ÉTAT SECOND ”

Quand on lui demande de citer trois adjectifs susceptibles de le résumer en tant qu'homme, d'une part, en tant que judoka, d'autre part, Joan-Benjamin Gaba en donne deux en commun : «déterminé» et «persévérant».

Pour preuve, l'accueil de sa sélection pour les Jeux olympiques comme une étape et non comme un aboutissement. «Je n'ai pas eu le temps de fêter car je suis reparti au travail aussitôt pour transformer cette sélection en médaille», raconte celui qui n'a jamais pratiqué le judo «pour le loisir» mais toujours «avec un objectif de performance».

Enfant, s'il n'a pas tout de suite réalisé la quantité de travail qu'il fallait engager pour percer, le natif de Sèvres (Hauts-de-Seine) disait déjà vouloir gagner les Jeux. «De manière innocente», rembobine-t-il. Le chemin, long et incertain, ne l'a pas dissuadé. «C'est ma passion mais je suis à fond dans le travail, c'est ce qui m'a fait arriver jusqu'ici». Ici, c'est une première médaille individuelle - le bronze - aux championnats d'Europe, en avril, après trois médailles d'argent par équipes aux championnats du monde.

Ce n'est sans doute pas un hasard s'il a noirci les premières lignes de son

palmarès lors de l'épreuve collective. «Le judo a beau être un sport individuel, on crée des liens forts avec des personnes qui deviennent comme des frères», confie-t-il dans le dojo de l'INSEP, à l'issue d'un entraînement très fréquenté. Même dans sa catégorie, avec Maxime Gobert, «un très bon ami». «Si on se prenait en compétition, le combat serait très fair-play», veut croire Joan-Benjamin Gaba, heureux de «l'esprit de groupe» qui existait déjà au rugby et au football, deux sports qu'il a pratiqués à Sèvres et à l'ACBB. Mais très vite, le judo ne l'a «plus lâché».

Penser collectif ne veut pas dire tout partager. Surtout lors des stages internationaux : «Entre combattants, il y a un peu de cachotteries. Certains mecs ne montrent pas tout leur système d'attaques». Un exemple : Joan-Benjamin Gaba s'est entraîné avec un droitier qui, le jour de la compétition, s'est révélé être gaucher. «Il avait fait semblant pour me surprendre, car il a dû voir que j'avais un peu plus de mal sur les gauchers. C'est dingue ! Il m'a perturbé pendant les deux premières minutes du combat». Au point de le battre ? «Non, j'ai gagné». Par souci d'honnêteté, il précise qu'il lui arrive aussi de dissimuler certaines armes. «A 23 ans, je peux encore améliorer mon judo en ajoutant de nouvelles techniques», comme sode, un mouvement de hanche ajouté

dernièrement à son répertoire.

Le puzzle prend forme sous la supervision de Stéphane Frémont, l'entraîneur avec qui le judoka francilien a «progressé le plus». «Il m'a communiqué le goût du travail et la combativité. Depuis qu'on collabore, je suis encore plus «mort» de faim». Le responsable de la cellule d'optimisation de la performance lui a dit : «Il faut s'entraîner à la hauteur de ses ambitions». «Des mots bien choisis peuvent me faire décoller, confie Joan-Benjamin Gaba. Ceux de Stéphane m'ont galvanisé».

Le jour de la compétition, ce grand fan de Loïc Pietri - «à son âge d'or», précise-t-il en souriant - a besoin de se mettre «dans un état second», qu'il appelle sa «Matrix». La musique l'y aide, qu'il s'agisse de compositions de rap instrumental ou des paroles de Kaaris. «J'écoute du son dans la chambre d'appel jusqu'à cinq minutes avant le début du combat», raconte «JB». Au tournoi de Bakou, il a pris un Canadien qui discutait tranquillement avec son coach, «comme s'ils allaient à l'entraînement». Étrange pour lui qui s'efforce d'aborder «avec le même état d'esprit» les tournois porteurs d'enjeux relatifs et les championnats majeurs, «où l'on a vraiment envie de concrétiser».





 ALPHA DJALO



Mardi
30 juillet



Licencié
au PSG Judo (75)



MEILLEURS
RÉSULTATS



27 ans
Né le 05 septembre
1996 à Paris 19^e (75)

Coaché en Equipe
de France par Daniel
FERNANDES

Médaillé de bronze
aux championnats
d'Europe 2023

Médaillé de bronze
aux Masters de
Jérusalem 2022

“ PAS LÀ POUR S'AMUSER ”

La mère d'Alpha Djalo a travaillé dur pour permettre à son fils d'aller au pôle France à Orléans, à partir de 15 ans. Elle a également surveillé la scolarité de sa progéniture, qui y a passé son bac avec succès.

Il ne s'est pas arrêté là : DUT en gestion administrative et commerciale des organisations, licence en commerce et cycle préparatoire à Sciences Po, pour lui laisser la possibilité, après les Jeux olympiques, de passer un master en affaires publiques. « Mon premier entraîneur m'avait demandé d'avancer dans mes études et d'avoir un cerveau plutôt plein », rapporte Alpha Djalo, qui a multiplié les expériences professionnelles : groupe Apicil, boutique du PSG, Est-Ensemble. Depuis trois ans et jusqu'au 13 août, il accompagne les manifestations sportives de sa ville, Le Pré Saint-Gervais, dont il sera le tout premier représentant aux JO. On lui demande s'il serait flatté de donner son nom à un gymnase dans « le 16^e arrondissement du 93 », comme il la surnomme ; il répond qu'il aimerait mieux qu'on baptise une école, car sa mère serait « super contente ». Dans les moments difficiles, il convoque le souvenir des « grosses journées » de travail de cette dernière pour se redonner du cœur à l'ouvrage. « Déjà au pôle, je n'étais pas là pour

m'amuser », se rappelle Alpha Djalo, qui avance avec ce leitmotiv : se dire qu'elle n'a « pas fait ça pour rien ». Le guerrier souriant, un surnom qui revient régulièrement, n'a « jamais refusé la bagarre ». Un trait de caractère utile pour surmonter les obstacles apparus avant les Jeux de Tokyo. Il énumère : devenu numéro un de sa catégorie, il apprend à la télé que les Jeux n'auront pas lieu en 2020, avant d'être soumis à une série de tests matches supplémentaires et de contracter le Covid lors d'un déplacement en Géorgie, qui l'a bloqué dans une chambre pendant dix jours. Une « accumulation de petites choses » qui a débordé avec la non-sélection pour les Jeux, un an plus tard. Pour se remettre de sa déception, il a voyagé pendant deux mois et demi : Guadeloupe, Montpellier, Suisse... « A part du ski nautique, je n'ai pas fait de sport une seule fois, ni regardé les Jeux », reconnaît-il. Lors d'une conversation entre amis, il dit : « Les gars, je n'ai plus envie ». Rien de définitif, heureusement. Trois ans plus tard, Alpha Djalo rappelle qu'il « court après » les JO depuis 2016. « J'espère que ça valait le coup d'attendre mais le chemin aurait pu être un peu plus simple », sourit-il. Un chemin émaillé de plusieurs médailles de bronze dans les compétitions qu'il a disputées.

« Ce métal à un caractère à part : il veut dire que j'ai souvent perdu en demi-finale mais aussi que j'ai fini sur une victoire. Je retiens que j'ai le mental pour faire abstraction d'un échec ». Il repousse l'hypothèse d'un plafond de verre. « Par exemple, j'ai perdu deux fois en demie contre le double champion du monde. Cela demande un travail spécifique. J'ai été souvent troisième mais à un moment, je vais avancer : deuxième, premier... » Une expression toute faite voudrait qu'on apprenne plus dans la défaite. « Ce n'est pas obligatoire, contredit le pensionnaire du PSG. On retient peut-être moins d'enseignements d'une victoire mais on apprend quand même ». La conviction allume son regard quand il ajoute : « Je commence à être très, très fort ».

Aux Jeux, Alpha Djalo aura un « gros atout » secret : sa sœur Dieynabou, 22 ans, devrait être à ses côtés toute la journée, en tant que bénévole. Elle l'a déjà été au Paris Grand Slam. Leur mère, en revanche, « est capable de rester devant la télé ». Voir son fils se battre, même sur un tatami, ne l'a jamais réjouie. Encore moins lorsqu'il était petit et rentrait à la maison avec les doigts et le kimono tachés de sang. « Aujourd'hui, j'évite de lui dire que j'ai mal quelque part car elle s'inquiète vraiment ».

N°38
à l'Olympic
Ranking List

MAXIME-GAËL NGAYAP HAMBOU

-90KG



Mercredi
31 juillet



Licencié
à l'AM Asnières (92)



**MEILLEURS
RÉSULTATS**

Médaillé d'argent
au Grand Slam du
Kazakhstan 2023



23 ans
Né le 22 juin 2001 à
Clichy-la-Garenne
(92)

**Coaché en Equipe de
France par Guillaume
FORT**

Médaillé de bronze
aux championnats
du monde juniors
2021

**Vice-champion du
monde par équipe
mixte 2023**

“ ASNIÈRES EST SA MAISON ”

En bientôt vingt-trois années d'existence, Maxime-Gaël Ngayap Hambou n'a fait qu'une infidélité à Asnières-sur-Seine : il n'y est pas né. « J'ai vu le jour à l'hôpital de Clichy-la-Garenne mais les deux villes sont collées », s'excuse presque le benjamin de l'équipe de France olympique.

Pour le reste, ses vies scolaire et sportive sont entièrement liées à la commune des Hauts-de-Seine. Il a fréquenté l'école jusqu'à la quatrième et son exil au pôle espoirs de Brétigny-sur-Orge, à l'autre bout de l'Île-de-France, où il a passé trois années avant d'intégrer l'INSEP. Les premiers succès arrivent, l'Asniérois reçoit des propositions pour aller ailleurs mais il est catégorique : « Ça ne m'intéresse pas car je me sens bien à Asnières et je sens que je peux encore progresser avec mes coachs ». Fabrice Ruimy l'a eu très jeune, Guillaume Etchegaray depuis ses débuts en compétition, à l'âge de 10 ans. « Ils me connaissent par cœur et suivent mes entraînements à l'INSEP ».

Pendant le Paris Grand Slam, en

février, où il a rapporté une médaille de bronze dans la catégorie des moins de 90 kilos, Fabrice Ruimy était assis dans une tribune en face du tatami, au milieu des amis du club, venus en nombre à l'AccorArena, tandis que Guillaume Etchegaray avait accès à la salle d'échauffement et voyait son élève avant chaque combat. Tous deux lui ont donné « de la force et de la fierté ». Baptiste Leroy, responsable de l'équipe de France masculine, son référent, Guillaume Fort, ainsi que Stéphane Frémont apportent un regard complémentaire sur l'évolution du médaillé de bronze aux championnats du monde juniors en 2021.

Le nombre élevé de judokas franciliens n'empêche pas « une concurrence saine », assure le grand Maxime-Gaël (1,91 mètre), qui précise : « Nous avons des entraînements en commun à l'INSEP donc on se connaît tous, il n'y a pas de malentendus ». Chaque semaine, il revient au gymnase Laura Flessel, à Asnières, pour ses entraînements du mercredi et du vendredi. Depuis l'âge de 4 ans, Maxime-Gaël a eu chaque année sa licence aux Arts martiaux d'Asnières. « Rien n'a changé : en

plus du dojo, un peu plus petit que celui de l'INSEP mais qui doit être l'un des plus grands de la région, on peut y pratiquer l'escrime, l'escalade, le futsal, le badminton et le volley », énumère l'un des deux judokas de la famille, avec son grand frère – leur père fait de la musculation et de la course à pied avec leur mère.

En début d'année, le journal municipal, Asnières Info, a consacré un article au futur athlète olympique. La mairie contribue à sa préparation et à l'achat d'équipements en lui versant une bourse. « C'est aussi utile pour développer mon double projet car le judo reste un sport amateur où l'on ne perçoit pas de grosses rémunérations. »

Maxime-Gaël Ngayap Hambou a une pensée pour les athlètes qui vont écrire le dernier chapitre de leur parcours sportif pendant les Jeux de Paris, devant le public français. « J'espère que ça se passera bien pour eux », dit-il, avant d'ajouter, gourmand : « Commencer par une médaille à la maison, ça ne serait pas mal non plus ».



MAXIME D'ARCY NGAYOP JIMMISTI



ATTIENZIONE

N°50
à l'Olympic Ranking List

AURÉLIEN DIESSE

-100kg



Jeudi
1^{er} août



Licencié
à l'ESBM (93)



MEILLEURS
RÉSULTATS



26 ans
Né le 16 octobre 1997 à
Bondy (93)

Coaché en Equipe de
France par Guillaume
FORT

Médaillé de bronze
au Grand Slam de
Bakou 2023

Champion
d'Europe junior
2017

“ TRÈS HAUT POTENTIEL ”

Aurélien Diesse a 26 ans mais il rit d'avance à l'idée que sa phrase puisse le faire passer pour un «vieux con». «J'ai grandi sans téléphone ni console de jeux, se souvient-il. On passait notre temps dehors à faire du roller, du vélo ou du foot.

Notre sport n'était pas statique» Une pratique qui lui a donné «des qualités athlétiques» et des «facultés motrices» à l'origine, pense-t-il, de sa première sélection olympique. S'il est le seul de sa famille à avoir atteint le haut niveau, ses frères et sœurs sont passés par la même école de la vie : boxe, football, et même le handball jusqu'en moins de 17 ans nationaux pour l'un de ses frères.

Grâce au judo, Aurélien Diesse est sorti de sa coquille et a pu exprimer son énergie. «Sur les bulletins scolaires, se souvient-il, j'ai souvent eu l'appréciation : "Ne sait pas tenir en place". J'étais agité et j'aimais déjà rigoler mais les professeurs m'aimaient bien car j'avais de bonnes notes». Au bac scientifique, son frère aîné lui a «mis la pression» en décrochant 18 sur 20 en physique-chimie et même 20 sur 20 en maths ! Et lui ? Il esquivé. «Je savais que je ne pourrais pas faire mieux donc j'ai choisi d'être meilleur que lui au judo». Aurélien retient difficilement un rire et ajoute, content de sa facétie : «Bon, il n'en a jamais fait».

Comme son grand frère, Aurélien est devenu ingénieur. Titulaire d'un master en ingénierie et ergonomie

de l'université Paris-Saclay délivré fin 2022, il a travaillé au technocentre de Renault sur les interfaces embarquées des futures voitures autonomes, «un des sujets les plus innovants du groupe», précise-t-il. Cela ne veut pas dire qu'il en fera son métier. À ses yeux, un diplôme est d'abord «un tampon qui montre que l'on est capable d'apprendre». Il s'épanouit dans l'innovation mais celle-ci peut prendre de nombreuses formes.

En CE2, Aurélien avait « la tête dans les étoiles » mais il rendait toujours d'excellentes copies. Ses capacités intellectuelles ont alors été révélées par des tests de quotient intellectuel. Le corps enseignant lui a fait passer des tests en prétextant que tous les élèves y avaient droit. Ils ne sont pourtant que cinq, puis deux.

Très vite, on l'envoie passer une journée dans la classe au-dessus ; puis une semaine ; et enfin, après les vacances, il reste pour de bon en CM1 et finira donc son année scolaire avec un an d'avance. Quand il y réfléchit aujourd'hui, il se dit qu'il a peut-être « toujours aimé la difficulté ». Ingénieur et athlète olympique, il sait qu'il peut être une forme de modèle. «Je peux représenter, pour certains, une forme de réussite, concède-t-il. C'est pourquoi je veux dire aux jeunes de s'armer d'ambition et qu'il n'y a aucune honte à avoir des objectifs élevés ».

Il est fier d'incarner et de porter ce message à travers son département,

la Seine-Saint-Denis. Il est né à Bondy et y a grandi – après une période passée à Clichy-sous-Bois, « jusqu'à l'année des émeutes » en 2005. Il se dit « très attaché » à Bondy et au 93 en général, « un très beau territoire qui est à l'image de ce qui manque le plus actuellement à notre pays : le vivre-ensemble et la fraternité ». Que son département d'origine ait été placé au coeur des Jeux est « très bien pensé ». Il apprécie surtout que le village olympique y soit implanté. « Le village olympique est un symbole qui différencie les JO des autres événements, relève-t-il. Quels que soient notre sport, notre nationalité ou notre genre, nous y sommes tous logés à la même enseigne. C'est un lieu de partage par excellence : on s'entraîne, on mange et on dort tous ensemble ». Assez à l'image de ce département cosmopolite.

Au-delà des Jeux, il se réjouit d'avance que le département le plus pauvre de France puisse jouir des infrastructures que Paris 2024 laissera en héritage. « Du pain bénit car elles sont susceptibles d'attirer des entreprises qui pourront offrir des solutions d'emploi et créer une belle dynamique ». Aurélien Diesse veut plus que tout faire des émules et montrer que nous sommes tous « capables de faire de belles choses dans des domaines divers et variés », lui qui lutte contre le décrochage scolaire.

N°7
à l'Olympic Ranking List

TEDDY RINER

+100kg



Vendredi
2 août



Licencié
au PSG Judo (75)



MEILLEURS
RÉSULTATS

Champion
olympique 2012,
2016 et 2020

Champion du
monde 2007, 2008,
2009, 2010, 2011,
2013, 2014, 2015,
2017 (2) et 2023

Champion
d'Europe 2007,
2011, 2013, 2014 et
2016



35 ans
Né le 7 avril 1989
à Pointe-à-Pitre
(Guadeloupe)

L'HORIZON NOMURA

Son plan accuse un retard de trois ans. S'il s'était « économisé » avant les Jeux de Tokyo dans le seul but de décrocher une troisième médaille d'or olympique individuelle, c'était pour rejoindre dans le livre des records le poids super-légers japonais Tadahiro Nomura, champion olympique à Atlanta (1996), Sydney (2000) et Athènes (2004).

Depuis toujours, c'est le moteur intime de Teddy Riner : s'asseoir à ses côtés sur le trône. C'est avec cet horizon en tête qu'il avait fait l'impasse sur les championnats du monde 2019 dans la capitale japonaise, qu'il adore, en pensant déjà aux JO.

En 2021 au Nippon Budokan, l'antre mythique du judo tokyoïte, Riner a connu coup sur coup une intense déception et une joie exubérante. La première, en quart de finale des plus de 100 kilos : battu par le numéro un mondial, Tamerlan Bashaev, le champion olympique de Londres (2012) et de Rio (2016) abandonnait son rêve de rejoindre Nomura. La seconde, dès le lendemain, avec la victoire dans le tournoi mixte par équipes contre la dream team japonaise. L'un des plus grands exploits possibles, tous sports confondus. Par ce biais détourné, Riner ajoutait une troisième médaille d'or olympique dans sa boîte à bijoux. « On l'a fait ! », a-t-il hurlé sur le moment. L'expression de l'euphorie et du soulagement. « On a failli se faire tauler en quart de finale par

Israël (4-3) car on est entré tout doucement dans le match, rappelait alors le poids lourd du judo tricolore. Mais on a pu compter les uns sur les autres ».

Sur le papier, Riner est désormais l'égal de Nomura. Mais cela ne le satisfait pas entièrement. Il ne sera rassasié qu'après un troisième titre individuel aux Jeux. Pas avant. En 2018, une chaîne de télévision japonaise avait réuni deux des plus grands judokas de tous les temps à Paris, dans l'école créée par l'ancien étudiant de Sciences Po. Dans le rôle de l'intervieweur, Nomura a demandé à Riner ce qu'il était venu faire, très jeune, à l'université de Tenri, à Tokyo. Là où lui-même avait suivi la voie de la souplesse. « Je me souviens que je vous voyais enchaîner les heures d'entraînement au bout du tapis et c'est vrai que, quand on est un jeune judoka et qu'on voit un champion s'entraîner autant, on sait ce qu'on doit faire pour devenir à notre tour un champion. Je n'étais que cadet mais j'ai voulu revenir parce que la beauté de votre judo a été une inspiration », a répondu Riner, qui ne fournit pas souvent d'aussi longues réponses aux questions qu'on lui pose.

Quand Nomura a remporté la dernière médaille internationale de son immense carrière, il y a vingt ans, le Guadeloupéen n'avait pas encore posé la première pierre de la sienne, en l'occurrence l'or aux championnats d'Europe juniors 2006. C'est plus tard, lors de ses premiers voyages dans l'archipel, que la stature de Nomura lui a été révélée.

Et un peu plus à chaque séjour - plus d'une cinquantaine d'après un décompte approximatif du très grand voyageur. Riner a confié avoir amassé puis conservé beaucoup de photos de son glorieux aîné. L'histoire ne dit pas s'il en possède une des championnats du monde 1997 à Paris, où Nomura avait remporté son unique titre mondial. Sur ce point, au moins, Riner l'a dépassé depuis une éternité.

Avant Riner, le maître du judo s'appelait Yasuhiro Yamashita. Le champion olympique de Los Angeles (1984) en toutes catégories est resté invaincu pendant huit ans et n'a jamais perdu contre un combattant étranger. Le colosse français ne peut pas en dire autant sur ce dernier point. En revanche, sur la durée de l'invincibilité, il s'est assis à la table de Yamashita : 154 victoires d'affilée étalées sur une décennie étourdissante. De leur première rencontre, Riner a gardé une drôle d'image. « Il a une tête de panda », s'était amusé le pitre dans Le Journal du dimanche, à propos de la légende à laquelle il a chipé plusieurs records. Parce qu'il combattait lui aussi chez les lourds, Riner a été rapproché de Yamashita plus souvent que de Nomura. Ne pas s'y tromper. C'est bien à ce dernier que Teddy « Winner » songera dans la salle d'échauffement, à Paris. Comme il l'avait confié lors de leur rencontre : « Pour vous égaler, pour réaliser le rêve de toute une vie ».



TEDDY RINER



3 SANDHIVE MATTUKET

SANDRINE MARTINET

-48kg



Jeudi
5 septembre



Licenciée
au PSG Judo (75)



**MEILLEURS
RÉSULTATS**

Championne
paralympique 2016

Vice-championne
paralympique
2004,
2008 et 2020

Championne du
monde IBSA 2006



41 ans
Née le 10 novembre
1982 à Montreuil (93)

Coachée en Equipe
de France par Cyril
PAGES

“ LA «MAMAN» DU PARA-JUDO ”

Qui mieux que Sandrine Martinet, six participations aux Jeux paralympiques depuis 2004, peut raconter la progression du para-judo en France ?

«Nous avons connu une évolution croissante sur tous les aspects : la popularité, la médiatisation, les moyens financiers, les structures d'entraînement et le niveau international», résume la quadruple médaillée paralympique (une en or, trois en argent), qui nous raconte deux décennies de sport dans la salle de musculation du dojo de l'INSEP, où la quadragénaire s'entraîne «ponctuellement», quand elle n'est pas à Lyon ou à Strasbourg.

Inutile de remonter aux Jeux d'Athènes pour noter une différence dans l'accompagnement des para judokas. Lors de la naissance de ses enfants, en 2010 et 2014, Sandrine Martinet rappelle s'être «débrouillée seule» avec ses notions de kinésithérapeute. «Avec Carole Maître [médecin du sport et gynécologue à l'Institut], ça a complètement changé. La prise en charge est nickel», apprécie la Montreuilloise, avant d'ajouter : «On revient de loin».

C'est encore plus vrai sur le plan financier. Au risque de surprendre, cela ne fait que deux ans que Sandrine Martinet gagne sa vie grâce à des «partenaires» et des «mécènes». La bascule s'est produite un peu par hasard. A l'occasion d'un tournoi au début de l'olympiade, elle croise le commandant du bataillon

de Joinville, lui raconte les difficultés qu'elle rencontre à mener de front son métier de kiné et sa carrière. En dix-neuf années de carrière, elle n'a obtenu que 11 000 euros en sponsoring. Le militaire l'encourage à poser sa candidature à l'Armée des champions, un dispositif qui accompagne des sportifs en leur octroyant un revenu stable. «Sans cette assurance financière, confie la championne, je n'aurais pas pu participer aux Jeux de Paris».

Son absence aurait laissé un goût amer après sa défaite en finale à Tokyo, sur laquelle elle est soulagée de ne pas revenir outre-mesure. La porte-drapeau de 2021 dit simplement qu'au retour du Japon, elle a senti qu'elle avait «encore des choses à faire» dans son sport. Techniquement, mentalement et physiquement, la trinité du sportif de haut niveau, elle se sent «plus forte» malgré les années qui s'ajoutent. Soulagée de son activité professionnelle depuis fin 2022, la triple championne du monde a augmenté son volume d'entraînement, encadrée par un entraîneur national, Cyril Pages, «avec plus de compétences sur le haut niveau», et une préparatrice physique atitrée. Des moyens supplémentaires qu'elle est allée «chercher» à la sueur de son front après être «partie de rien».

«Le niveau d'exigence n'est plus celui d'il y a vingt ans. L'élite du para judo s'est vraiment professionnalisée» en grappillant une avancée après l'autre, grâce à ses résultats et à ceux de Cyril Jonard, l'autre ancien du collectif tricolore. Pour autant, elle

trouve que la France reste «en retard» par rapport aux pays anglo-saxons qui ont «une vision» - «les joies de la langue française», s'amuse Sandrine Martinet derrière ses lunettes opaques - moins péjorative du handicap. «Nous ne demandons pas la charité, je veux prouver que nous avons notre place au haut niveau», ajoute-t-elle.

La championne olympique de Rio (2016) prend à bras-le-corps l'objectif de la Fédération d'augmenter le nombre de déficients visuels dans les dojos. «A l'école, j'ai été moquée et rejetée. La petite fille que j'étais en a souffert. J'ai pleuré au bac et encore à mon examen de kiné car je n'avais pas confiance en moi. À la télévision, j'arrivais à peine à prononcer mon nom. Aujourd'hui, je suis conférencière», raconte-t-elle avec une fierté légitime. Son but ? Rendre ce que le judo lui a apporté.

Cela sonne comme une fin mais Paris aura bien un lendemain. Surtout si la catégorie des moins de 52 kilos revient après les Jeux. «Faire un ou deux ans de plus, c'est sûr, glisse-t-elle. Au-delà, c'est mon corps qui m'emmènera, ou pas, jusqu'aux Jeux de Los Angeles. S'il tient bon, je prolonge». Sans fausse modestie, la «maman» de l'équipe de France admet qu'elle s'épate. «Mes pauses, pour mes grossesses ou à cause de blessures, m'ont évité la lassitude. Tous les sports ne le permettent pas, constate-t-elle en pensant aux sportifs qui se battent contre le chronomètre.» C'est le secret de sa «fraîcheur», couplée à une «soif d'apprendre» qui ne s'éteint pas.

PRESCILLIA LEZE

+70kg



Samedi
7 septembre



25 ans
Née le 25 juillet 1999 à
Avignon (84)



Licenciée à l'Union
Sportive Entraigues
(84)



MEILLEUR
RÉSULTAT

Coachée en Equipe
de France par Camille
BRASSE

Championne
d'Europe IBSA 2023

“ LA HAINE EST SON MOTEUR ”

L'histoire bouleversante de Prescillia Léze s'écoute sans l'interrompre. « Jusqu'à l'âge de 8 ans, je voyais très bien. Puis j'ai commencé à subir du harcèlement scolaire de la part de ma meilleure amie. Nous passions les week-ends chez l'une ou chez l'autre.

Lorsque je me suis mise à la danse country, elle a voulu me suivre mais ses parents, en plein divorce, n'ont pas eu les moyens de l'inscrire et de lui offrir ce qu'elle voulait. Elle a commencé à s'en prendre à moi. Elle menaçait de demander aux autres élèves de l'école de ne plus me parler si je ne lui prêtais pas mes affaires. J'ai passé dix-huit mois sans qu'on m'adresse la parole, sans ami de mon âge, à rester sur un banc auprès des adultes. Cette violence psychologique a déclenché un choc émotionnel à l'origine de la maladie de Stargarth». Une affection rare liée à une altération de la région centrale de la rétine. Entre le diagnostic, en 2008, et la reconnaissance de la maladie par l'administration, étape indispensable au déblocage d'aides, dix années se sont écoulées.

Au collège puis au lycée, la tourmenteuse de Prescillia avait interdiction de l'approcher, sous peine d'exclusion. Des années plus tard, le frère de Prescillia a raconté à des amis présents dans un magasin qu'il était venu livrer, l'origine de la cécité de sa sœur. Tout au long de son récit, il fixait une jeune femme : l'ancienne amie de Prescillia.

Le judo a aidé Prescillia Léze à se

libérer de la haine légitime qu'elle a ressentie envers celle qui l'a plongée dans les ténèbres. Etrangement, la Vauclusienne assure n'avoir « pas mal vécu » la perte de la vue car elle ne se serait « pas rendu compte ». Tout aussi inimaginable, la force nécessaire pour être capable de dire, aujourd'hui :

« Grâce à cet événement, finalement, j'ai atteint le haut niveau dans mon sport et je me porte bien. La roue a tourné ».

Le judo, Prescillia Léze le pratiquait depuis ses 2 ans et demi. Elle a participé aux championnats régionaux valides en cadette puis en junior et se souvient de ses classements : 7e et 2e par équipes. Elle a été la première judoka malvoyante à participer aux championnats de France seniors en première division. Ce jour-là, elle était « très stressée » car de nombreux journalistes étaient venus pour la voir combattre et raconter son histoire.

Malgré sa déficience visuelle, elle s'est d'abord montrée réticente à la pratique du para judo. « Au début, vers 16 ans, je n'y étais pas favorable car je voulais me sentir comme tout le monde », confie-t-elle. Son point de vue a totalement changé : sans le para judo, qui lui plaît « de plus en plus », elle est persuadée qu'elle aurait arrêté.

Le para judo tricolore peut se féliciter qu'elle ait continué. Aux championnats d'Europe en 2022, les mots de Cyril Pages, entraîneur de l'équipe de France paralympique, ont produit un déclic : deux victoires contre la championne paralympique en titre puis la concurrente anglaise,

ont ouvert la route vers la finale. Une médaille d'argent transformée en or, un an plus tard. Le même métal est son objectif aux Jeux paralympiques, à Paris ou dans quatre ans, à Los Angeles.

Dans sa vie quotidienne, Prescillia Léze « refuse toute l'aide possible » pour rester autonome, dans son appartement ou dans les transports en commun. Il n'y a qu'en l'absence de solution pour se déplacer qu'elle se résout à saisir les mains tendues. En revanche, elle tend volontiers les siennes aux jeunes victimes de harcèlement scolaire. Elle intervient régulièrement dans les écoles, encourage les élèves à s'exprimer. « Beaucoup de petits sont venus me voir en me disant qu'ils vivaient la même chose, qu'un autre les frappait dans la cour. Ils se livrent », témoigne-t-elle. Le harcèlement scolaire, dernièrement pris à bras-le-corps par le gouvernement, malmène une proportion dramatique d'enfants : dans un village proche de chez elle, quinze jeunes sur une quarantaine se sont déclarés harcelés, d'après Prescillia, satisfaite que les établissements réagissent désormais plus vite.

Parce que le harcèlement à l'école reste un « tabou », Prescillia veut continuer à se battre contre ce fléau. « Il faut en parler de plus en plus pour que les jeunes ne ressentent aucune honte. Petite, je n'avais pas osé m'exprimer, ce sont les maîtresses qui en ont parlé. Je pensais avoir fait quelque chose de mal donc, pour moi, c'était normal. C'est plus tard, au collège, que j'ai compris que ça ne l'était pas ».



PRESCILLA LEZE

ANATOLE RUBIN

-60kg



Jeudi
5 septembre



32 ans
Né le 1^{er} janvier 1992 à
Clermont Ferrand (63)



Licencié
au Dojo Nantais (44)

Coaché en Equipe de
France par Christophe
GAGLIANO



**MEILLEUR
RÉSULTAT**

Champion de France
2024

“ SES DEUX AMOURS ”

Pour tous les sportifs qualifiés pour les Jeux Olympiques ou Paralympiques de Paris, se consacrer entièrement à son sport est une évidence.

Pas pour Anatole Rubin. Car le titulaire dans la catégorie des moins de 60 kilos est un cador dans un deuxième sport : le jiu-jitsu brésilien, dont il a été champion d'Europe et vice-champion du monde parmi les valides. « En 2024, j'ai décidé de ne plus faire de compétition pour réduire le risque de blessure à l'entraînement » explique l'athlète de 32 ans. En temps normal, ces deux pratiques ne sont pas incompatibles car le jiu-jitsu brésilien est « moins traumatisant au quotidien » et approfondit le ne-waza (travail au sol) familier des judokas. Mais les Jeux de Paris justifient cette pause de quelques mois.

Il commence le judo à l'âge de 5 ans au Judogi Troyen, dans l'Aube. L'adolescent continue sa pratique à Paris, où il intègre la section judo à l'internat de l'Institut national des jeunes aveugles. En 2007, il participe aux championnats de France de para judo pour la première fois. Après ses études de kinésithérapie, gratifiées par un diplôme en 2016, Anatole Rubin entend reprendre dans un

club parisien mais s'intéresse pour la première fois au jiu-jitsu brésilien. Une nouvelle passion qui l'a « vraiment happé ». En l'absence d'une pratique adaptée pour les malvoyants (une tâche affecte sa vision centrale), il combat avec les valides. Comme s'il était partagé entre deux amours, le jeune homme reprend le judo en Guadeloupe, où il part vivre en 2019. Sur place, un entraîneur lui a « redonné le goût du judo ». Au point, cette fois, de penser qu'il y avait une opportunité à saisir au haut niveau.

Un an plus tard, Anatole et sa compagne d'alors rentrent en métropole – en traversant l'Atlantique en voilier, un autre de ses « dadas », dit-il – et prennent leurs quartiers à Nantes. Le sportif s'inscrit aussitôt dans un club local de judo et de jiu-jitsu, l'un des meilleurs du pays. Tout en travaillant à l'hôpital de Nantes et en préparant un diplôme de kiné du sport, il démarre un entraînement intensif. Son travail est récompensé par une première sélection en équipe de France de para judo en décembre 2021. Une rampe de lancement vers Paris 2024 ? Pas si simple.

Anatole Rubin a été l'un des derniers sélectionnés, au bout d'une olympiade « en dents de scie ». Bien que soutenu financièrement par les départements de Loire-

Atlantique et de l'Aube, il a repris une activité professionnelle en tant que masseur bien-être auprès d'une entreprise du bâtiment, à raison de deux jours par mois. « Étant le meilleur de ma catégorie, il a été un peu dur d'attendre sans savoir sur quel pied danser mais je reconnais que mes dernières performances n'étaient pas dingues ». Autour de lui, des personnes bien intentionnées pensaient qu'une sélection plus rapide l'aurait libéré. Lui-même se dit que cela l'aurait sûrement aidé mais il a pris la chose avec philosophie.

Le jour où sa sélection lui a été confirmée, Anatole Rubin s'est senti « galvanisé ». Il s'est approché du top 10 de sa catégorie en 2023 et, s'il a reculé de quelques rangs, il ne pense qu'à chercher « la plus belle médaille ». Para judo ou jiu-jitsu, il ne sait pas encore de quoi son avenir sera fait. Mais une opportunité pourrait s'offrir à lui. La confédération française de jiu-jitsu brésilien (CFJJB) lui a proposé de s'investir dans la création du para sport. « Ça pourrait m'intéresser », confirme-t-il.





Vendredi
6 septembre



Licencié
au Dojo Romains (26)



MEILLEURS
RÉSULTATS



26 ans
Né le 24 novembre 1997

Coaché en
Equipe de France
par Christophe
GAGLIANO

Vice champion
d'Europe IBSA 2023

5^e aux Jeux
Paralympiques
2020

“ SES MAINS SONT SES YEUX ”

Un titre. Voilà ce qui manque à Nathan Petit. S'il a remporté trois médailles de bronze aux championnats du monde, l'argent et le bronze européens, il n'a pas encore atteint «l'objectif ultime».

Sa première participation aux Jeux Paralympiques, à Tokyo, l'a laissé sur sa faim. Il refait en détail le film de son quart de finale contre un Coréen, «plus fort», puis son deuxième combat de repêchage, perdus. «Mon dernier adversaire a marqué waza-ari mais j'ai recollé à trente secondes de la fin. J'étais bien mentalement, prêt pour le golden score, mais j'ai perdu bêtement, sur une technique pas très forte». Cette cinquième place «frustrante» a été la base de l'olympiade jusqu'à Paris. Le travail a été moins technique que psychologique : se souvenir de l'état dans lequel il était pour ne pas le reproduire et, à la prochaine occasion, parvenir à conclure.

Ingénieur depuis deux ans, il fait preuve de méthode et d'analyse dans la préparation des combats mais doit aussi s'en libérer pour être «réactif». «Savoir quand déclencher une attaque, c'est aussi de l'instinct», estime l'Isérois, entré en équipe de France en 2017 «avec de fortes ambitions».

Au départ d'un combat entre malvoyants, une main est positionnée

au revers, l'autre à la manche, entre la main et le coude. C'est souvent «une bataille» pour saisir l'intérieur du bras de l'adversaire. A chaque-temps mort, il faut se replacer le plus vite possible. «Avant, constate Nathan Petit, les temps de pause étaient plus longs. Maintenant, les arbitres peuvent nous faire reprendre avant qu'on ait posé nos mains comme on le voudrait». Ils prennent plus de temps en cas de situation conflictuelle (gaucher contre droitier) et surtout avec les judoka non-voyants.

L'organisation des compétitions de para judo a changé après les Jeux de Tokyo : il existe désormais deux classifications de handicap visuel : malvoyants et non-voyants. Le nombre de catégories de poids ayant été réduit de sept à quatre, «le niveau a beaucoup augmenté». Une bonne chose d'après les athlètes pour qui cela «légitime» leur discipline. En France, les judoka para sont «de plus en plus nombreux» à participer à des championnats valides, régionaux ou nationaux.

Augmenter encore le nombre de catégories, pour rassembler les athlètes souffrant d'un même handicap, ne serait pas une bonne idée, d'après Nathan Petit. «En allant trop dans le détail, on se retrouvait à deux ou trois dans certaines catégories». A l'inverse, dans d'autres sports, comme la natation, il sait que certains athlètes ne participent plus aux Jeux Paralympiques

car la performance est presque impossible pour les athlètes ayant un handicap plus lourd. «C'est très dur de trouver le système le plus juste», convient le médaillé de bronze des championnats du monde de Birmingham, en 2023.

Sa déficience visuelle - une tache au milieu de la vue - génère des difficultés pour la vision du détail, la lecture ou l'identification des visages, le suivi des sports de balle. «Le judo fait appel à la vision centrale mais pas du détail», explique-t-il. Pour compenser sa vue déficiente, mesurée à 1/20e, ses mains sont ses yeux. «Elles nous donnent un maximum d'informations. Si elles sentent la tension, c'est que mon adversaire m'attire vers l'arrière ; si c'est l'inverse, c'est qu'il pousse». La musculation de ses «outils de travail» est essentielle car «on a besoin que nos mains soient très fortes». Les entorses aux doigts, fréquentes, n'empêchent pas de s'entraîner.

Dans sa vie professionnelle, Nathan Petit utilise la loupe de Windows pour afficher les pages à 200% sur l'écran de son ordinateur. Pour la lecture de longs documents, il a recours à un outil assez récent, aisément accessible dans les réglages d'Apple : la synthèse vocale. «Elle me permet de reposer mes yeux et de travailler plus longtemps». La technologie mise au service de l'accessibilité est une bénédiction pour les malvoyants.



 NATHAN PETIT

HÉLIOS LATCHOUMANAYA

-90kg



Samedi
7 septembre



Licencié à l'AS
Bourg-la-Reine (92)



**MEILLEURS
RÉSULTATS**

Champion du
monde IBSA 2022
et 2023



24 ans
Né le 4 juin 2000 à
Tarbes (65)

Coaché en Equipe
de France par Cyril
PAGES

Médaillé de
bronze aux Jeux
paralympiques
2020

Champion
d'Europe IBSA
2022 et 2023

“ MAUVAIS PERDANT ”

L'héritage de Pierre de Coubertin est partout en cette année olympique mais la citation la plus célèbre du baron, père des Jeux modernes, ne trouve aucun écho chez Hélios Latchoumanaya.

« L'important, pour moi, n'est pas de participer mais de gagner. »

Une médaille d'argent ou de bronze aux Jeux Paralympiques ne ferait pas mon bonheur ». Il parle en connaissance de cause : sa troisième place à Tokyo n'a pas eu tellement de saveur pour ce «mauvais perdant». Y compris au Uno, taquine sa camarade de l'équipe de France, Prescillia Lézé. Le Tarbais pense que son goût de la compétition lui vient de sa mère, qui a joué au basket en club. «Lorsque j'étais enfant, elle disait à ma grand-mère de ne pas me laisser gagner aux jeux de société, pour que j'apprenne par moi-même». D'après son palmarès, la leçon a fonctionné : à son cou se balancent quatre médailles d'or européennes et mondiales, alors qu'il aura 24 ans en juin. Sa compétition la plus aboutie a eu lieu aux championnats du monde, en 2022. «En voyant mon tirage, je m'étais dit que ça serait du costaud. Mais pour être le meilleur, il faut battre les meilleurs» a retenu Hélios, tombeur d'un Iranien gaucher

- un profil qu'il n'aime pas trop - puis d'un Ukrainien qu'il pourrait reprendre à Paris ; «rincé» en demi-finale, il a trouvé les ressources pour aller jusqu'au bout. Sa maladie, une rétine pigmentaire, réduit son champ visuel, pas le champ des possibles.

Pour qui le croise en pleine journée, impossible de dire que le Guadeloupéen d'origine est malvoyant. La déficience se manifeste chez l'ophtalmo, quand il doit lire des lignes de lettres ou tracer un cercle. «Je vois seulement le centre, deux sortes de bananes sur les côtés et rien entre les deux», décrit-il. Ce qu'il appelle sa vision «en 16/9e» pour dédramatiser. La synthèse vocale est une alternative précieuse à la lecture, très compliquée. S'il aime enfourcher un vélo, c'est une activité périlleuse pour lui, à moins que le temps soit gris, sans lumière ni ombres. La nuit, il ne voit «quasiment rien» et doit se déplacer avec une canne de mobilité. S'il est intégré au cercle de haute performance de l'Agence Nationale du Sport, un dispositif étatique qui assure un revenu minimum à ses bénéficiaires, Hélios Latchoumanaya vit du para-judo d'abord grâce à des sponsors personnels. Certains sont engagés de manière pérenne, d'autres «par opportunisme» jusqu'à la fin des Jeux de Paris, craint-il. «A voir s'ils continueront après Paris...» Ses médailles d'or lui ont rapporté 5 000

euros, «une belle somme mais qui ne permet pas de vivre pendant une année», soupèse-t-il. Aucune prime n'est prévue sur les tournois, rendant le financement privé indispensable. A moins de travailler en parallèle, ce qui l'obligerait à réduire son volume d'entraînements.

Son avenir professionnel est déjà sur les rails : il a étudié le journalisme à Sportcom, la formation de l'INSEP. Jusqu'à cette année car une réforme prochaine a obligé les étudiants à valider leur diplôme sans attendre. Or, pour Hélios, ce n'était pas compatible avec la préparation paralympique. Il cherche donc une solution pour valider sa troisième année, peut-être au Centre de Formation des Journalistes (CFJ). Ses stages à Vivre FM, L'Esprit du Judo, Tout le sport et RTL l'ont «conforté» dans son choix de carrière. Journaliste, oui. Sportif ? Pas forcément. Le futur détenteur de la carte de presse se dit «ouvert à tout, sauf aux faits divers». Avant de songer aux Jeux de Los Angeles, voire de Brisbane en 2032, une destination qui le stimule, il devrait consacrer l'année post-JO à sa future reconversion. A une inconnue près : «Si je pouvais décaler ma rentrée de quelques mois pour profiter d'une médaille d'or, ce serait cool».



HEEDS
LATCHUMARAYA



 CYRIL JOURARD

Non voyant (J1)

CYRIL JONARD

-90kg



Samedi
7 septembre



Licencié
à l'Alliance judo
Limoges (87)



MEILLEURS
RÉSULTATS

Vice-champion
paralympique
2008



48 ans
Né le 23 février 1976 à
Eymoutiers (87)

Coaché en Equipe
de France par Cyril
PAGES

Champion
paralympique 2004

Champion du
monde 1995, 1997,
1999, 2003, 2004,
2006, 2008, 2012 et
2022

“ SA VIE EST PLUS QU’UN ROMAN ”

«Un combat de chaque instant». C'est un résumé beaucoup trop bref mais assez juste de la vie d'un homme malvoyant et sourd.

En raison d'une maladie dégénérative visuelle, Cyril Jonard ne voit désormais plus que des lumières. C'est aussi le titre du livre qu'il a publié en 2014. A l'époque, son palmarès de para-judoka était déjà long comme sa ceinture noire 6e dan : médaillé d'or (2004) et d'argent (2008) aux Jeux paralympiques, champion du monde et d'Europe, triple médaillé d'argent aux Deaflympics - les Jeux olympiques des sourds. Dix ans plus tard, tenir le compte exact de ses victoires est une épreuve en soi.

Deux nombres illustrent sa carrière exceptionnelle : dix titres mondiaux - autant que Teddy Riner - et dix-huit titres de champion de France.

La finale des Jeux paralympiques d'Athènes est son meilleur souvenir. Inoubliable à plus d'un titre : il a prénommé sa fille Athéna. Lors des Jeux suivants, à Rio, son bébé de

3 ans était là près de lui. Ses yeux conservent les souvenirs que son père crée avec ses mains. C'est aussi le cas de son deuxième enfant, Naoki, aujourd'hui âgé de 5 ans.

Sa longévité prodigieuse est une grande source de fierté pour Cyril Jonard, qui la partage avec Sandrine Martinet, l'autre quadra du para-judo tricolore. Leur partenaire en équipe de France, Hélios Latchoumanaya, avait seulement 4 ans lorsque l'inspirant Limougeaud est monté sur la première marche du podium en Grèce. Au catalogue de ses meilleurs souvenirs s'est ajouté, en 2022, le titre mondial conquis à Bakou. L'âge n'a pas de prise sur le «papa» des para-judoka, qui n'a qu'une idée en tête :

«Je veux gagner à Paris». Ajouter une conquête à domicile à son tour du monde. Sa mémoire égrène la liste des pays où il a combattu, sur tous les continents ou presque, de l'Argentine au Japon, en passant par le Canada, la Russie ou la Chine.

Certaines rencontres marquent plus que d'autres. Passer un moment en

compagnie de Cyril Jonard est une expérience singulière. Il avance main dans la main avec son entraîneur Jason Guillot. Littéralement. C'est lui qui, par le toucher, fait comprendre nos questions. Le champion paralympique invente lui-même les signes qui représentent ses coéquipiers, selon tel trait physique disintcif - par exemple, les dreadlocks de Hélios Latchoumanaya. La communication est plus fluide qu'on pouvait l'imager, la transmission aussi.

Avec l'ami journaliste qui avait rédigé son premier livre il y a dix ans, Cyril Jonard a reproduit l'expérience pendant cette dernière olympiade. Le deuxième volume devrait être prêt en juin. Les deux hommes échangent à travers l'épouse de Cyril. Celui-ci a beaucoup d'expériences à partager et envisage déjà de replonger pour un troisième tome après les Jeux de Paris. Laisser un héritage écrit à ses enfants est sa principale motivation. Sa vie est plus qu'un roman.



 JASON GARRITY

JASON GRANDRY

+90kg



Samedi
7 septembre



Licencié
au Levallois Sporting
Club (92)



MEILLEURS
RÉSULTATS



35 ans
Né le 31 août 1988 à
Ivry-sur-Seine (94)

Coaché en Equipe
de France par Cyril
PAGES

Médaillé de bronze
aux Jeux européens
IBSA 2023

Médaillé de bronze
aux championnats
du monde IBSA
2023

“ ELOGE DE LA PERSÉVÉRANCE ”

Empli de gratitude envers les personnes qui l'ont soutenu, Jason Grandry a commencé la liste des remerciements par la fin, en parlant d'Emmanuel Leroux, le coach qui l'a accueilli ces deux dernières années au Levallois-Perret Sporting Club. Auparavant, il avait chaudement remercié la Bretagne, la région et la ligue, pour leur soutien. Puis remonté le temps pour évoquer quelques autres rencontres marquantes.

Il avait 5 ans quand il a rencontré Gilles pour la première fois. Cet entraîneur basé à Vitry-sur-Seine, en région parisienne, qui avait déjà travaillé avec des handicapés, « a su avoir les bons mots », se souvient Jason Grandry, né avec les yeux brûlés par une périurétrite mal dosée à la naissance. Un ami de trente ans désormais, qui lui rend visite en Bretagne dès qu'il peut.

C'est dans l'Ouest de la France, justement, que le judoka a fait la connaissance de Nicolas Cloteaux, enseignant au Dojo de Cornouaille. Lorsque Jason Grandry est revenu vivre en Bretagne, il avait mis entre parenthèses le judo. Sa vue s'était aggravée, il ne percevait plus les formes et les lumières. Pour une Saint-Valentin, sa femme a offert un retour en club à son amoureux, alors

ceinture marron et qui reconnaît : « J'ai pris mon temps pour me remettre à la compétition ». S'il appartient désormais à l'équipe de France de para-judo, Jason Grandry soutient que c'est « grâce à Nico », qui l'a remis dans le circuit des compétitions valides, en attendant que son élève soit prêt à tenter sa chance parmi les non-valides.

Il n'a pas oublié sa première tentative en Auvergne car il ne connaissait pas les règles du para-judo. « J'y suis allé en mode découverte et j'ai gagné en battant un grand combattant de la catégorie ». Un tournant qui lui a fait penser qu'il pourrait réussir de bons résultats s'il travaillait sérieusement. « Je voulais percer, j'ai appliqué tout ce que me conseillaient les coaches même si je n'avais pas forcément le niveau pour viser les Jeux paralympiques ». D'autant qu'à l'époque, les non-voyants et les malvoyants combattaient encore les uns contre les autres, avec « un petit avantage » pour les seconds.

En 2022, l'Ivryen monte sur la troisième marche du podium aux championnats du monde. « J'ai sauté dans les bras de mon entraîneur Cyril Pages », se souvient-il, ému. La confirmation n'a pas tardé, l'année suivante, avec deux médailles de bronze (individuel et par équipes) aux

championnats d'Europe à Rotterdam (Pays-Bas).

Pour autant, la sélection olympique a été longue à se dessiner. La faute à une luxation du ménisque. « Je me suis demandé si je pourrais revenir, j'ai cogité pendant deux mois avant de retrouver les tatamis. » Les interrogations se succèdent : n'est-il pas trop vieux ? Les coaches vont-ils lui renouveler leur confiance ? Son difficile retour à la compétition, en Allemagne, augmente encore ses doutes. Finalement, deux podiums d'affilée, en Turquie et en Géorgie, restaurent la confiance du Val-de-Marnais.

De ces épreuves, Jason Grandry a extrait une bonne leçon : aux Jeux, il lui vaudra se mettre « dans l'état d'esprit d'une finale dès le premier combat ». Il a beaucoup progressé grâce à la préparation mentale alors qu'il n'était d'abord « pas à l'aise » sur cette question. Plus relâché avant ses combats, il aborde « beaucoup mieux » ses grands rendez-vous.

Au point d'ajouter une olympiade à sa carrière ? Il ne l'exclut pas mais précise qu'il ne décidera rien sans en parler à sa femme, Aurore, et à ses deux filles aux originaux prénoms bretons, Flammen et Ahaes, avec qui il souhaite passer plus de temps.

Non voyant (J1)

ARMINDO RODRIGUES

-73kg



Samedi
6 septembre



21 ans
Né le 8 mars 2003



Licencié
au SGS Judo (91)

Coaché en
Equipe de France
par Christophe
GAGLIANO



MEILLEUR
RÉSULTAT

Vice-champion
d'Europe IBSA 2023

“ A UN RYTHME D'ENFER ”

Baigné dans la culture pop, Armino Rodrigues peut citer des séries qu'il aime - il a terminé Breaking Bad et garde un goût prononcé pour Games of Thrones - ou des mangas (One Piece et Jujutsu Kaisen) mais lui demander de citer ses musiciens ou groupes préférés relève de la mission impossible. « Je ne peux pas car il y en a trop », s'excuse presque ce joueur de batterie et de piano. Il trouve d'ailleurs qu'il a un « talent naturel » pour ces instruments.

Ce n'est pas le seul. Grâce à sa maîtrise de quatre langues (portugais, espagnol, français, anglais), le jeune homme passe une licence en langues étrangères appliquées. A la rentrée, il étudiera à l'université de Nanterre (Hauts-de-Seine) et à l'avenir, il songe à explorer les secteurs du tourisme, du commerce international ou de l'enseignement.

Lors des interviews, il lui a été souvent demandé quels étaient ses motifs de fierté. « J'ai toujours répondu qu'il s'agit de mes valeurs, qui doivent rester les mêmes dans n'importe quelles circonstances. L'être humain a des valeurs quand tout va bien mais dans la difficulté,

elles ont tendance à disparaître », regrette-t-il. Pour autant, dresser une liste des valeurs en question - que l'on pressent progressistes tant sa façon de parler est douce et positive - serait « moche ». Il invite plutôt à l'observer dans sa vie quotidienne pour se faire une idée juste.

Au dojo, par exemple. David Larose, champion du monde par équipes en 2011, l'a accueilli il y a deux ans à Sainte-Geneviève (SGS Judo), un club d'élite qu'il a pu choisir - comme c'est le cas pour les parajudoka - alors qu'il y avait un club à 100 mètres de son domicile lorsqu'il vivait à Corbeil-Essonnes, et l'a lancé dans le bain de la compétition. Du judo, Armino Rodrigues connaissait les bases, apprises lors d'initiations. En avançant, il a découvert des sensations grisantes. « Quand on arrive à réaliser des techniques au bon moment, on se dit que le judo, c'est beau », sourit celui qui n'aime rien tant que d'utiliser la force de l'autre contre lui-même. « Quand l'adversaire me fait tomber en utilisant ma propre force, je le félicite aussi car c'est ça, notre sport », glisse-t-il avec beaucoup de fair-play. Cet ancien athlète, qui a pratiqué le saut en longueur et le 100 mètres

(en moins de 13 secondes) a été récompensé dès sa première sélection en équipe de France par une médaille d'argent aux championnats européens paralympiques 2023. « C'était un peu rapide, j'étais fier et content », dit-il sans s'appesantir, comme si ce premier podium international n'était qu'une étape. D'ailleurs, il envisage Paris 2024 de la même façon. Surtout qu'il a changé de catégorie pour s'éviter un régime trop contraignant qui l'aurait obligé à perdre 8 ou 9 kilos, et qu'il estime avoir « beaucoup de travail » à accomplir pour grimper dans la hiérarchie internationale.

Fan de football et de basket, Armino Rodrigues s'est classé troisième aux championnats de France en juin et, « sans vouloir [se] rabaisser », il fait un constat modeste de la compétition paralympique qui l'attend. « Je suis un inconnu. Mes adversaires ne me connaissent pas et je ne les connais pas non plus. Ce sera la surprise pour tout le monde ». En espérant qu'elle soit bonne.





 KACER ZURBANI

NACER ZORGANI

-90kg



Samedi
7 septembre



38 ans
Né le 30 septembre
1985



Licencié
à l'AS Bourg-la-Reine



MEILLEUR
RÉSULTAT

Coaché en
Equipe de France
par Christophe
GAGLIANO

7^e aux
championnats du
monde IBSA 2023

UN BUDOKA À PARIS

Nacer est un passionné d'arts martiaux, depuis l'âge de 16 ans, il a pratiqué le kick-boxing avec Jean Armand Dalomba, « le Cédric Doumbé des années 1990 » ; le karaté avec le champion d'Europe Luc Litschgi élève de Denis de Ranieri disciple du grand Laurent Saïdane; la boxe anglaise avec les champion du monde WBA Souleymane M'Baye et Mehdi Sahnoune, le taekwondo avec le double médaillé olympique Pascal Gentil, l'Aïkido et le sabre avec Philippe Dehais, disciple de Nishio Sensei, et désormais le judo sous le regard de l'entraîneur national Christophe Gagliano, médaillé de bronze à Atlanta... dont le retournement au sol était la technique préférée du dernier enseignant de Nacer, Maître Guy Maniana, 8ème Dan ... en somme, « Que des références », rappelle fièrement le combattant né en Algérie, Marseillais d'adoption et vivant aujourd'hui à Paris.

Entre 2005 et 2010, Nacer Zorgani s'est adonné aux arts martiaux vingt-cinq heures par semaine, profitant d'habiter à côté d'un centre sportif universitaire. Moins assidu lors des cinq années suivantes, à cause d'une activité professionnelle intense, il s'est remis au sport à partir de 2017, la boxe anglaise ayant eu un rôle crucial dans ce qu'il appelle sa « reconstruction ». Le noble art l'a aidé après deux années difficiles au cours desquelles, son corps meurtri (hernie discale) des difficultés professionnelles et personnelles ont nourri chez lui une sévère dépression. À partir de 2022, Nacer a ajouté une corde à son arc

avec le para judo, qui lui permet aujourd'hui d'atteindre un Graal avec une participation aux Jeux. Il cite sans s'arrêter les valeurs qu'il associe à son sport : politesse, travail, respect, mais surtout le courage. Paris 2024 l'a pris un peu par surprise. Il sortait tout juste la tête de l'eau au début de l'olympiade, venait de monter une entreprise de conseil et s'était lancé dans le stand-up sous le nom de l'Handicapable. Dans la hiérarchie des plus de 90 kilos, il est « loin » des meilleurs. Parce qu'il a enfilé son premier judogi de compétition il y a 2 ans et demi seulement et que son corps a d'emblée souffert dans sa transformation vers le haut-niveau (genou gauche esquinaté, clavicule émiétée). Mais son retour rapide à la compétition, son investissement quotidien malgré son travail, son engagement, doublé d'une attitude et des signes encourageants à l'international en début d'année ont sûrement aidé à convaincre le comité de sélection de la fédération de sa « progression rapide ». Il met en avant son grain de folie, son travail et son envie pour mieux conclure : « Impossible n'est pas français ». Il n'a peur de rien : « Il va se passer quelque chose, je le sens au fond de mon âme, lance-t-il. Si je remportais l'or à la maison après tout ce que j'ai vécu... ce serait un truc fou ! »

Âgé de 38 ans, Nacer Zorgani a déjà eu plusieurs vies. « À 17 ans, on m'a dit que j'allais devenir malvoyant à cause d'une rétinopathie pigmentaire, rembobine-t-il. La vie ne m'a pas fait de cadeaux mais les arts martiaux m'ont beaucoup aidé à maîtriser mon handicap ». Un jour, un ami lui a dit : « La vie dure le temps

d'une étoile filante. Soit tu la traverses en brillant, soit tu restes dans un trou noir. Qu'est-ce que tu choisis ? » « J'ai décidé d'être une comète, briller de mille feux, vivre à fond, quitte à parfois me consumer... », sourit cet amateur de Saint-Exupéry et de littérature, qui aurait pu rester par terre mais a choisi de se relever, « conformément aux valeurs martiales », rappelle-t-il. Nacer Zorgani est tellement à fond qu'il coiffe une triple casquette inédite à Paris 2024 : il a co-piloté l'engagement et la communication du programme des volontaires et sera l'un des speakers du tournoi olympique de boxe à Roland-Garros avant d'entrer en piste à son tour lors du tournoi paralympique de Judo. Le comité d'organisation des Jeux (COJOP) a repéré son haut potentiel intellectuel lors d'un discours sur la diversité prononcé devant Bruno Le Maire et des patrons du CAC 40 au ministère de l'économie en 2018. À l'écouter dérouler son impressionnant parcours académique (diplômes en philosophie et en commerce international, masters en stratégie et en ingénierie financière, sept langues parlées), ses expériences professionnelles (fusion-acquisition chez Vivendi, marketing international chez Canal+, enseignement, guerre économique chez Thalès) et recenser ses compétences récemment acquises (création de podcasts, production de contenus vidéo), on a peine à croire qu'il a « toujours manqué de confiance en [lui] ». Il a écarté les nuages qui ont obscurci son ciel et peut révéler avec un grand sourire sa devise : « Sky is the limit ».

ENCADREMENT

DIRIGEANTS ÉLUS



STÉPHANE NOMIS
PRÉSIDENT
DE FRANCE JUDO



FRÉDÉRIQUE JOSSINET
VICE-PRÉSIDENTE EN
CHARGE DU HAUT NIVEAU
ET DE LA PERFORMANCE

DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE



SÉBASTIEN MANSOIS
DIRECTEUR TECHNIQUE
NATIONAL



ERIC BUONOMO
DTN ADJOINT MANAGER
DES ÉQUIPES DE FRANCE



BASTIEN PUGET
DTN ADJOINT EN CHARGE
DU HAUT NIVEAU ET DE LA
PERFORMANCE

ENCADREMENT

EQUIPE DE FRANCE OLY FÉMININE



CHRISTOPHE MASSINA
RESPONSABLE



LUDOVIC DELACOTTE
ENTRAÎNEUR



SÉVERINE VANDENHENDE
ENTRAÎNEUSE

EQUIPE DE FRANCE OLY MASCULINE



BAPTISTE LEROY
RESPONSABLE



FRANCK CHAMBILY
ENTRAÎNEUR



DANIEL FERNANDES
ENTRAÎNEUR



GUILLAUME FORT
ENTRAÎNEUR



CHRISTIAN CHAUMONT
ENTRAÎNEUR

EQUIPE DE FRANCE PARA



ANTOINE HAYS
DIRECTEUR PARA JUDO



CAMILLE BRASSE
ENTRAÎNEUR PARA JUDO



CHRISTOPHE GAGLIANO
ENTRAÎNEUR PARA JUDO



CYRIL PAGES
ENTRAÎNEUR PARA JUDO

ENCADREMENT

STAFF MÉDICAL



LAURENT WINKLER
RESPONSABLE DU STAFF MÉDICAL
MÉDECIN DES ÉQUIPES DE FRANCE



FRANCK HOUSSET
RESPONSABLE DES KINÉSITHÉRAPEUTES DE
L'ÉQUIPE DE FRANCE / KINÉ DE L'ÉQUIPE DE FRANCE
FÉMININE



HUGO FONGHETI
KINÉSITHÉRAPEUTE
DE L'ÉQUIPE DE FRANCE



BENJAMIN NOURRY
KINÉSITHÉRAPEUTE
DE L'ÉQUIPE DE FRANCE MASCULINE



THUY-ANH NGUYEN
KINÉSITHÉRAPEUTE
DE L'ÉQUIPE DE FRANCE



ARMELLE O'BRIAN
KINÉSITHÉRAPEUTE
DE L'ÉQUIPE DE FRANCE



LAURIE-ANNE MARQUET
NUTRITIONNISTE
DE L'ÉQUIPE DE FRANCE

STAFF TECHNIQUE



YANN MORISSEAU
PRÉPARATEUR PHYSIQUE
DE L'EQUIPE DE FRANCE MASCULINE



FRÉDÉRIC ROUALEN
PRÉPARATEUR PHYSIQUE
DE L'EQUIPE DE FRANCE FÉMININE



JULIEN CORVO
PRÉPARATEUR PHYSIQUE



STÉPHANE FREMONT
RESPONSABLE DE LA CELLULE DE
PERFORMANCE



DAVID LAROSE
ANALYSE VIDÉO



AUTOMNE PAVIA
ENTRAINEUR RELÈVE / GESTION DES
PARTENAIRES D'ÉCHAUFFEMENT



STÉPHANE AUDUC
ENTRAINEUR RELÈVE / GESTION DES
PARTENAIRES D'ÉCHAUFFEMENT

INTENDANCE



ALINE COINTREL
CHEFFE DU SERVICE SPORTIF /
COORDINATRICE INSEP - MAISON
DE LA PERFORMANCE



AMINA ABDELLATIF
COORDINATRICE INSEP - MAISON
DE LA PERFORMANCE

LES CHAMPIONS

OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES



**EQUIPE
MIXTE**



-63KG
**CLARISSE
AGBEGNENOU**



+78KG
**EMILIE
ANDEOL**



+100KG
**TEDDY
RINER**



-52KG
**SANDRINE
MARTINET**

TOKYO 2020

RIO 2016



+100KG
**TEDDY
RINER**



-70KG
**LUCIE
DECOSSE**



-48KG
**KARIMA
MEDJEDED**



-81KG
**CYRIL
JONARD**

LONDRES 2012

ATHÈNES 2004



+100KG
**DAVID
DOUILLET**



-61KG
**SÉVERINE
VANDENHENDE**

SYDNEY 2000

LES CHAMPIONS

OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES



ATLANTA 1996



BARCELONE 1992

SÉOUL 1988



MOSCOU 1980

LES ARBITRES

FRANÇAIS ENGAGÉS



Matthieu BATAILLE (Jeux Olympiques) et Olivier DESROSES (Jeux Paralympiques) arbitreront sur les tapis de l'Arena du Champ de Mars lors des Jeux de Paris 2024.

Les deux arbitres français Matthieu BATAILLE et Olivier DESROSES ont été sélectionnés pour officier lors des Jeux de Paris 2024. Matthieu BATAILLE arbitrera lors de la compétition olympique (27 juillet au 3 août). Olivier DESROSES sera mobilisé durant la compétition paralympique (5 au 7 septembre).

18 COMMISSAIRES SPORTIFS ONT ÉGALEMENT ÉTÉ RETENUS

JEUX OLYMPIQUES

Jérôme BRETAUDEAU (référent)
Akila ZOUAOUI (référente)
Vincent ALESSANDRINI FANTIN
Laura BERTHAULT
Julia CHARPENTIER
Stéphanie DANVERS
Cédric DUGLOUD
Julien GORGETTE
Romain JAMMET
Émilie LAPLANCHE

JEUX PARALYMPIQUES

Jérôme BRETAUDEAU (référent)
Akila ZOUAOUI (référente)
Sophie AOUNALLAH
Lucie ARGENTE
Dominique BOUVIER
Nicolas COURTOT
Sébastien COURTOT
Anne-Marie DUCONGER
Jacqueline FARGEIX
Rémi VIALETTE



ÉQUIPE DE FRANCE UNE PREMIÈRE À JAMAIS

En 2021 à Tokyo, s'est déroulé pour la première fois de l'Histoire des Jeux Olympiques, l'épreuve par équipe mixte. Déjouant les pronostics, l'Equipe de France s'est imposée au Pays du Soleil Levant face au Japon, invaincu jusqu'alors dans cette compétition, dans une finale d'anthologie.

L'Equipe de France a su croire en elle pour relever le défi et emporter l'une des plus belles médailles d'or de son Histoire.

Cette année à Paris, l'Equipe du Japon, aura à coeur de prendre sa revanche sur nos Français plus déterminés que jamais à conserver leur titre devant leur public.

FAN ZONE

FRANCE JUDO

27 JUILLET AU 3 AOÛT 2024

ENEZ VIBRER

DOJO DE PARIS

RETRANSMISSIONS
EN DIRECT

TOUS LES COMBATS,
ANIMATIONS, CONCERTS,
PERSONNALITÉS PRÉSENTES.

RÉSERVATION SUR : [BILLETTERIE-FRANCEJUDO.COM](https://billetterie-francejudo.com)

PLUS D'INFORMATIONS ET PROGRAMME SUR : [FFJUDO.COM](https://ffjudo.com)

TOUT PUBLIC

5€

DÉTENTEURS D'UN BILLET SUR
UNE SESSION DU JOUR (*)

GRATUIT

FANZONE

FRANCE JUDO



Du 27 juillet au 3 août, à l'occasion des épreuves de judo des Jeux Olympiques, le Dojo de Paris se transforme en Fan Zone !

France Judo et toute la famille du judo français va vivre au rythme des Jeux en suivant le parcours des représentants français dans l'ambiance festive et conviviale du Dojo de Paris.

Au programme : une retransmission sur écran géant, des animations familiales et intergénérationnelles ainsi que de la présence de champions et de personnalités.

« Nous sommes très heureux de pouvoir accueillir la grande famille du Judo pendant cette grande fête que nous voulons populaire et collective.

Ce lieu rassemblera tous les amoureux du Judo et tous ceux qui font le judo au quotidien : nos licenciés, nos clubs, nos professeurs et bénévoles, nos dirigeants de comités ou de ligues, nos partenaires institutionnels et privés, les médias ...

Ce sont les salariés et les élus de France Judo qui vont y accueillir tous les jours notre grande famille, pour, je l'espère, y partager les plus belles des émotions, ainsi que de nombreuses médailles avec notre Équipe de France !»

Stéphane NOMIS, Président France Judo

LA FAN ZONE EN QUELQUES CHIFFRES

80 bénévoles mobilisés

8 jours de fête de 9h à 2h

8 000 personnes attendues sur la semaine

LE PROGRAMME DE LA FAN ZONE

9H : Ouverture des portes

10H - 14H : Retransmission en direct phases éliminatoires

14H - 16H : Animations

16H - 19H : Retransmission en direct du bloc final

19H - 20H : Interventions de personnalités olympiques

20H - 21H : Animations de début de soirée

21H - 02H : Soirée dansante

ACCRÉDITATION FAN ZONE

Alexane CHAUVIN

06 03 59 35 41

alexane.chauvin@ffjudo.com



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE JUDO
21-25, AVENUE DE LA PORTE DE CHATILLON
75680 PARIS CEDEX 14

WWW.FFJUDO.COM



@FRANCEJUDO