

FREE FIGHT

MAGAZINE | À l'occasion du passage en Savoie du champion du monde français de MMA Jean-François Lenogue

Lenogue, l'art de la transmission

À 42 ans, le "free fighter" Jean-François Lenogue, sacré champion du monde l'an dernier, est venu animer un stage en Savoie voilà quelques jours. Ses 16 années d'expérience dans le combat libre et ses immenses connaissances dans les autres arts martiaux font de lui une source d'inspiration inépuisable. Son passage dans la région donne l'occasion de se pencher sur une discipline en vogue, jugée trop violente et encore interdite en France.

Ils venaient de plusieurs horizons et ils en ont pris plein les mirettes. Les spécialistes du taekwondo, de l'aïkido, de judo, du karaté-contact ou du kick-boxing avaient coché la date sur leur agenda. Voilà quelques jours, au dojo de Montméliant en Savoie, le champion du monde de MMA Jean-François Lenogue est venu distiller ses conseils et prêcher la bonne parole. Amplitude, souplesse, mouvements aériens et stylés. On est loin de la mauvaise image du "free fight", avec deux sportifs en duel dans une cage. Là où tous les coups sont permis. Et pourtant Lenogue en est un éminent spécialiste. Il compte bien faire évoluer les mentalités, avec ses arguments.

Formé à l'école du Vo Thuat

« J'aime tous les arts martiaux. J'ai pu découvrir plein de choses à travers le monde et ça m'a ouvert l'esprit. L'idée, c'est d'apporter mon savoir pour le partager avec les gens. Peu importe l'horizon. Le but : qu'ils ressortent en ayant appris quelque chose. Ce n'est pas l'art martial qui fait le pra-



HISTOIRE

DES ORIGINES DANS LA GRÈCE ANTIQUE

Le MMA ressemble fortement aux pratiques présentes lors des Jeux Olympiques de la Grèce antique. En effet la lutte - toujours au programme des Jeux modernes - le Pugilat - qui a disparu - et le Pancrace - encore en vogue - sans frappe au sol, étaient au menu. C'est cette dernière discipline qui avait la faveur du public car tout semblait permis, sauf la morsure et les attaques dans les yeux. Les combats pouvaient durer des heures. Ce côté ultra-spectaculaire, moins codifié, a retrouvé des aficionados, peut-être lassés par les sports plus classiques, à travers le MMA.

Lors du stage de Jean-François Lenogue (à gauche), pas de cage mais des actions pour amener l'adversaire au sol. Le DL/Sylvain MUSCIO

tiquant mais le pratiquant qui fait l'art martial. Tout dépend de l'individu. Moi, j'aime ce que je fais, donc je transmets. », glisse sobrement le Parisien.

Formé à l'école d'un art traditionnel vietnamien - le Vo Thuat -, Lenogue essaie de faire bouger les lignes et changer les mentalités. Pas évident dans l'Hexagone : « Je suis allé au Japon et en Chine. J'ai rencontré différents maîtres. J'ai pu voir leur façon d'enseigner et découvrir les us et les coutumes locaux. En combattant également au Canada, en Russie, en Slovaquie et en Suède,

j'ai pu voir de belles choses grâce au combat libre. Ce qui est paradoxal, c'est que c'est mon maître de mon art traditionnel qui m'a orienté vers le free fight. Chose que j'ai refusée les deux premières années avant d'accepter en 1999, afin de faire découvrir mon art martial. Cela fait seize ans maintenant. »

« Très enrichissant »

L'an dernier, Jean-François Lenogue a décroché la timbale. Une belle récompense. « Je suis devenu champion du monde MMA (Mixed Martial Art) en catégorie WKAN, une

organisation située en Belgique qui fait beaucoup de K1. Ils ont décidé d'accueillir ce combat l'an dernier à Liège. C'était en cinq rounds de cinq minutes. C'est long. J'ai gagné face au Belge Philippe Wanet, j'en suis heureux. Par le passé, j'ai aussi combattu face au Japonais Yuki Kondo (match nul), Sanae Kikuta (défaite), Hector Lombard ou le Russe Alexandar Shlemenko (défaite par KO), (il a aussi battu le Serbe Damir Mihajlovic, Rodney Moore, Joni Kyllonen, Grzegorz Jakubowski ou Martin Wojcik). C'est très enrichissant », souligne-t-il.

Le MMA, sans limite, lui permet une remise en question systématique, afin de préparer son prochain affrontement (trois mois d'entraînement à la dure) au mieux. Il puise ainsi dans le taekwondo, le karaté, la boxe thaï, la lutte, les arts martiaux brésiliens et bien sûr le Vo Thuat, son art.

Pour ou contre le combat libre, la pratique mérite que l'on s'y intéresse de plus près. Une chose est certaine, elle ne fera jamais l'unanimité, à l'image de la taumachie. Mais quel sport peut s'en targuer ?

Gauthier CASTALDI

GROS PLAN Le combat libre : dangereux ou pas ?

Le principe du free fight (combat libre) - également appelé MMA (Mixed Martial Arts) - est simple : mettre son adversaire KO, ou le contraindre à l'abandon par "soumission" après un étranglement ou une clé de bras. L'autre intérêt, c'est qu'un judoka peut affronter un boxeur ou un combattant issu du catch. Une variété propre à ce sport. « Le précurseur, pour moi, c'est Bruce Lee, explique Jean-François Lenogue. Dans *Opération Dragon* (1973) ou *Le jeu de la mort* (1972), il avait déjà des gants type combat libre, il faisait des clés de bras. De 1996 à 1999, c'est revenu en France avec les Golden Trophy d'Orléans. Avec les Ceintures d'or aussi. Aujourd'hui, il y a un engouement pour ça, on ne peut pas le nier. Vouloir interdire un sport qui est légal dans quasiment tous les autres pays du monde, c'est une mauvaise chose. Ça va pousser les gens à s'entraîner en "underground" (caché). Des combats existent mais en style Pancrace (origine de la Grèce antique), sans frappe au sol. Je trouve que l'on se bride. On est dans une cage, c'est spectaculaire, mais on est plus en sécurité que sur un ring. Quant aux frappes au sol, ce n'est pas déontologique selon quelques observateurs. On est à distance d'une longueur de bras, donc l'impact est finalement moins puissant, moins traumatisant que le coup d'un



La clé de bras pour immobiliser au sol et s'imposer. Le DL/S. MUSCIO

boxeur qui met tout son poids. Au moins, lorsque tu es KO, l'arbitre stoppe le combat, tu as perdu. Un boxeur, on le compte jusqu'à dix, on demande si ça va et il continue. Or, on ne peut pas se remettre d'un tel choc en si peu de temps. On voit la différence au niveau de nos visages. Un boxeur aura le nez éclaté, des pertes de mémoire après sa carrière. Regardez-moi, j'ai pris des coups mais je n'ai pas la tête ébouriffée. » Voilà un mois, au Cirque d'hiver de Paris, s'est déroulé le premier gala estampillé MMA en France. Le tout sur fond de lutte entre l'organisateur Fernand Lopez, dans la lignée de l'explication de Lenogue, et le secrétaire d'État aux Sport Thierry Braillard, qui s'appuie sur le Code du sport : « Lorsque l'on combat au sol à coups de coude, on est dans l'atteinte de la dignité humaine. » À chacun de se forger son opinion.

G.C.

JUDO

GRAND CHELEM DE PARIS

Les Bleus brillent à domicile

→ Après un samedi décevant avec seulement deux médailles (argent pour Vincent Limare en moins de 60 kg, bronze pour Priscilla Gneto en moins de 52 kg), la France a bien relevé la tête hier dans le Bercy rénové pour la seconde journée du Grand Chelem parisien. Les leaders ont été exacts au rendez-vous. Chez les dames, Audrey Tcheumeo, déçue de ses Mondiaux, a été impériale chez les moins de 78 kg (Madeleine Malonga est 3^e) alors qu'Émilie Andéol s'est couverte d'or en plus de 78 kg. Cyrille Maret (photo), très revancharde après sa désillusion lors des championnats du monde, fin août à Astana (5^e), a fait le nécessaire pour conserver sa couronne chez les moins de 100 kg. À signaler également l'argent d'Alexandre Iddir (moins de 90 kg) et le bronze de Margaux Pinot (moins de 70 kg). Une bonne moisson pour lancer la saison olympique.

CHAMPIONS. L'arène de Bercy s'est enflammée le temps d'un moment exceptionnel pour accueillir les 11 champions olympiques de l'histoire du judo français, dont Teddy Riner (qui reprendra la compétition début novembre), David Douillet ou encore Djamel Bouras. Il s'agissait du coup d'envoi d'une tournée inédite "Les dieux de l'Olympe", déclinée en six dates dans toute la France et qui s'achèvera le 11 mai à Lyon.



RÉSULTATS

MOTO

Grand Prix d'Australie

MotoGP : 1. Marquez (ESP/Honda) à 0'33"849 ; 2. Lorenzo (ESP/Yamaha) à 0'249 ; 3. Iannone (ITA/Ducati) à 0'930 ; 4. Rossi (ITA/Yamaha) à 1'058 ; 5. Pedrosa (ESP/Honda) à 5'062... 18. BAZ (FRA/Yamaha Forward) à 48'677... 20. DI MEGLIO (FRA/Ducati Avintia) à 50'262

Championnat du monde (après 16/18) : 1. Rossi (ITA/Yamaha) 296 pts ; 2. Lorenzo (ESP/Yamaha) 285 ; 3. Marquez (ESP/Honda) 222... 16. BAZ (FRA/Yamaha Forward) 28

Moto2 : 1. Rins (ESP/Kalex) 39'00"084 ; 2. Lowes (GBR/Speed Up) à 6'633 ; 3. Baldassarri (ITA/Kalex) à 10'408... 7. ZARCO (FRA/Kalex) à 20'456... 23. L. ROSSI (FRA/Tech3) à 59'229

Championnat du monde (14/18) : 1. ZARCO (FRA/Kalex) 318 pts (champion) ; 2. Rins (ESP/Kalex) 214 ; 3. Rabat (ESP/Kalex) 206

Moto3 : 1. Oliveira (POR/KTM)

37'34"142 ; 2. Vazquez (ESP/Honda) à 0'132 ; 3. Binder (AFS/KTM) à 0'161... 9. MASBOU (FRA/Honda) à 6'322

Championnat du monde (14/18) : 1. Kent (GBR/Honda) 244 pts ; 2. Oliveira (POR/KTM) 204 ; 3. Bastianini (ITA/Honda) 188... 10. QUARTARARO (FRA/Honda) 92

TENNIS

Shanghai (CHN)

Simple messieurs (finale) : Djokovic (SER/N.1) bat TSONGA (FRA/N.16) 6-2, 6-4

Hongkong
Simple dames (finale) : Jankovic (SER/N.4) bat Kerber (ALL/N.2) 3-6, 7-6 (7/4), 6-1

Tianjin (CHN)
Simple dames (finale) : Radwanska (POL/N.2) bat Kovinic (MNE) 6-1, 6-2

Linz (AUT)
Simple dames (finale) : Pavlyuchenkova (RUS/N.7) bat Friedsam (ALL) 6-4, 6-3.

TENNIS

TOURNOI DE SHANGHAI (FINALE) | Dominé par Djokovic

Tsonga tombe sur plus fort

Jo-Wilfried Tsonga s'est bien battu mais n'avait pas les armes pour inquiéter le n°1 mondial Novak Djokovic, encore intouchable hier en finale du tournoi chinois, qu'il a conquis pour la troisième fois de sa carrière.

La dernière marche était trop haute. Jo-Wilfried Tsonga n'a rien pu faire face à l'ogre Novak Djokovic, intraitable hier à Shanghai. Le Manceau, dominé en deux sets (6-2, 6-4) et 1h18, n'a presque rien à se reprocher sur ce match dominé de la tête et des épaules par le Serbe.

Djokovic, lauréat de son neuvième trophée cette saison - le 57^e de sa carrière - était trop fort. « J'ai l'impression d'avoir tout bien fait aujourd'hui (hier). J'ai remporté bon nombre de mes jeux de service assez facilement. Je l'ai empêché d'installer son rythme », a apprécié "Djoko", breaké une seule fois.

Le 5^e Masters 1000 de la saison pour Djokovic !

Tombeur cette semaine de deux membres du Top 10, le Sud-Africain Kevin Anderson (10^e) puis Rafael Nadal (7^e), redevenu conquérant, Tsonga arrivait en confiance. Mais pour battre ce Djokovic-là, au firmament de sa carrière à 28 ans, il faut livrer le match de sa vie. Rares sont les joueurs à l'avoir battu cette année dans les grands tournois : Roger Federer à Cincinnati, Andy Murray au Canada, Stan Wawrinka à Roland-Garros.

Cette année, Djokovic a remporté Melbourne, Wimbledon, l'US Open, quatre



Jo-Wilfried Tsonga a rapidement été débordé par Novak Djokovic, qui ne lui aura laissé que six jeux, hier à Shanghai. AFP/G.B.

autres Masters 1000 (Indian Wells, Miami, Monte-Carlo, Rome) et le tournoi de Pékin dimanche dernier en balayant Nadal en finale. Il a aussi battu le record de points de l'histoire de l'ATP avec un total de 16 145 après son succès à la Saison n'est pas terminée !

« Il est tellement régulier »

« Il est tellement régulier. Vous devez être dans votre meilleure forme pour le battre. Et chacun sait que c'est difficile d'être au top à chaque match, dira le Français, qui a disputé hier sa première finale en Masters 1000 depuis son titre à Toronto au Canada en août 2014. Je suis satisfait. Revenir à un tel niveau a été long. J'ai connu des hauts et des bas. Cela me donne la force de continuer à travailler pour accomplir encore de belles choses. »

L'INFO EN +

MASTERS : NADAL ET BERDYCH QUALIFIÉS

Tomas Berdych et Rafael Nadal, respectivement 5^e et 7^e joueurs mondiaux, ont validé leur billet pour le Masters qui réunira les huit meilleurs joueurs de la planète du 15 au 22 novembre à Londres. Ils accompagnent Djokovic, Murray, Federer et Wawrinka, déjà qualifiés. Il reste deux places à pourvoir. Le Japonais Kei Nishikori (7^e) et l'Espagnol David Ferrer (8^e) sont les mieux placés pour les obtenir.

Jo-Wilfried Tsonga, passé de la 15^e à la 9^e place grâce à sa finale à Shanghai, ou Richard Gasquet (10^e) ont encore une toute petite chance de se qualifier.

MOTO

GP D'Australie | MotoGP

Rossi garde la main

L'Espagnol Marc Marquez (Honda), victorieux hier du Grand Prix d'Australie, et l'Italien Andrea Iannone (Ducati), 3^e, ont perturbé la bataille que se livrent pour le titre mondial MotoGP les pilotes Yamaha Jorge Lorenzo, 2^e à Phillip Island, et Valentino Rossi, 4^e.

Avec onze points d'avance sur son coéquipier à deux courses de la fin, Rossi demeure en tête du championnat, mais, ratant le podium pour la deuxième fois seulement de la saison, le pilote italien a concédé sept points à son grand rival.

« J'ai tenté de fermer la porte au dernier freinage, mais Marc était le plus fort aujourd'hui (hier) », a commenté Lorenzo, qui a mené pendant la quasi-totalité d'une course folle pimantée de duels au plus haut niveau.

Une mouette heurte le casque de Iannone !

Le pilote espagnol, le plus prompt à s'élever, s'est fait dépasser par Iannone à l'issue du premier tour avant de reprendre son bien à la faveur d'un incident rarissime. Une mouette venant de la mer toute proche a surgi, heurtant de plein fouet le casque de Iannone.

« Cette mouette contre mon casque ! Finalement, cela a ressemblé à un baiser destiné à me souhaiter bonne chance ! », a commenté l'Italien, très heureux de sa 3^e place finale.

Dans les derniers tours, deux duels se sont dessinés : Marquez/Lorenzo

Rossi, 4^e hier, conserve la tête du championnat avec 7 points d'avance sur Lorenzo. AFP/P.C.

L'INFO EN +

MOTO2 : ZARCO 7^e

En Moto2, la course la plus limpide de la journée, l'Espagnol Alex Rins (Kalex) a signé le deuxième succès de sa première saison en catégorie intermédiaire. Il se positionne dorénavant juste derrière le Vaclusien Johann Zarco, 7^e en Australie après avoir assuré le titre de champion du monde la semaine dernière au Japon.

pour la victoire et, moins d'une seconde derrière, Rossi/Iannone pour la 3^e place. La star italienne a finalement terminé le dernier de la bande des quatre mais conservé la main sur la suite du championnat. En effet, même si Lorenzo gagne les deux dernières courses, il suffirait à l'Italien de terminer deuxième pour ceindre une 10^e couronne mondiale.