



# Culture Judo

## Petit Samouraï raconte,

Brigitte MANIBAL-PAGES

## La compèt' Histoire et championnats



La consécration voulue par  
Maître Jigoro KANO

Inscription au programme des J O en 1960 (Tokyo)  
Première participation aux J O en 1964 (Tokyo)  
Devient officiel aux J O en 1972 à (Munich)

### Le Judo sportif « La compèt' »

Ce Judo compétition, spectaculaire puisque popularisé par les médias, n'intéresse cependant qu'une partie des judokas. Certes le judo a changé depuis l'époque du petit dojo du temple Eisho-ji (voir le petit samouraï et l'origine du Judo), mais cette mutation doit être considérée comme un enrichissement dans la mesure où, aujourd'hui, il peut s'adresser à tout le monde.

Le judo a de multiples facettes et l'on peut passer de l'une à l'autre en fonction de son âge ou de son centre d'intérêt, qui est lui-même évolutif. C'est toute la vocation d'un art de vie, qui ne se satisfait pas d'être un révélateur momentané pour une mince élite sportive.

Et c'est là toute la valeur du message laissé par Jigoro Kano.

Kawashi fut le catalyseur du Judo Français. En 1939, il décerna le premier grade de ceinture noire en France à M. Cottureau (voir petit samouraï : origine des grades et arrivée de judo en Europe).

Kawaishi se fit assister, dès 1950, par un jeune expert du nom de Shozo Awazu qui promut un judo beaucoup plus sportif. Cette tendance accrue par Ishiro Abe, qui axa l'essentiel de son enseignement sur des techniques de compétition, fut à l'origine de multiples scissions dans le judo français et d'un conflit entre « traditionnalistes », représentés par le « Collège des Ceintures Noires » et les « progressistes » de la Fédération Française de Judo. (voir petit samouraï et le collège des CN).

Les premiers championnats virent le jour en 1951, à Paris, où eut lieu le premier championnat d'Europe, auquel assistait Risei Kano, le fils du fondateur du Judo, qui fut nommé à cette occasion président de la Fédération internationale.

## *Les premières fois* (en bleu « histoire de filles »)

En 1923, Le Kodokan ouvre une section féminine.

En 1930, un premier championnat officiel se déroule au Japon.

En 1943, les premiers championnats de France ont lieu à Paris salle Wagram, victoire de Jean De Herdt. Le pays comptait 600 judokas en 1944.

Deux ans plus tard fut fondée la Fédération Française de judo et Jiu jitsu qui recensa 5700 licenciés en 1947. Les effectifs passèrent de 11 000 en 1958, 118 000 en 1969, 490 000 en 1995, 580 000 en 2002, ...

## *Années 50*

En 1950, la première compétition féminine est autorisée aux titulaires de la ceinture orange.

En 1951, les premiers championnats d'Europe de l'après-guerre furent organisés.

Toujours en 1951, Madame Levannier devient la première C. Noire.

En 1956, se déroule le premier championnat du monde à Tokyo, **Henri Courtine** est demi-finaliste et en 1957, lors des championnats d'Europe apparurent pour la première fois, trois catégories de poids, les combattants se trouvant répartis entre légers, moyens, lourds.

Deux ans plus tard en 1958, les deuxièmes championnats du monde se déroulent ; c'est Bernard Pariset qui est demi-finaliste.



## *Années 60*



En 1960, le judo est inscrit au programme des Jeux Olympiques de Tokyo. Puis en 1961, Les Mondiaux s'exportent pour la première fois hors du Japon et se déroulent à Paris, **Anton Geesink** un Néerlandais brise la suprématie Japonaise en remportant la médaille d'or.

En 1964, le judo masculin est en démonstration au JO à Tokyo.

## *Années 70*

Le Judo devient sport Olympique en 1972 à Munich.

En 1974, le 11 décembre à Gênes, un championnat d'Europe féminin est testé à titre expérimental. Médaille d'or pour Paulette Fouillet

En 1975, **Jean Luc Rougé** est le premier Français champion du monde à Vienne (Autriche).

La même année, le 13 décembre 1975, au premier championnat d'Europe féminin à Munich, Paulette Fouillet finit 1ère et Joceline Triadou 2ème.

En 1976, le premier championnat de France féminin est lancé à Paris.



## *Années 80*

Le 29 novembre 1980, c'est le premier championnat du monde féminin à New York : de l'or pour **Joceline Triadou**, de l'argent pour Paulette Fouillet.

La même année aux Jeux Olympiques de Moscou, Thierry Rey et Angelo Parisi sont les premiers champions Olympiques.



En **1988**, le 25 septembre, le judo féminin est en sport de démonstration aux J O de Séoul.

### **Années 90**

En **1992**, les premières championnes Olympiques féminines à Barcelone sont Cécile Nowak et Cathy Fleury.

En **1994**, la première coupe du monde masculine par équipe à Paris.

En **1997**, les femmes ont droit à leur propre tournoi à Osaka le 19 janvier.

### **Performances**

**Jocelyne Triadou** : 8ème Dan, première femme avec un si haut grade. Elle devient entraîneur national après sa médaille d'or au championnat du monde de New York en 80. Elle a aussi cinq titres de championne d'Europe.

**Paulette Fouillet** : 8ème dan, première entraîneur féminin puis nommée à la D T N en 2011.

Trois médailles d'or en championnat d'Europe, quatre titres aux France entre 1978 et 1980. Paulette nous a quittés le 25 juillet 2015.

**Catherine Pierre** : 5 titres de championne d'Europe Munich -72kg et toutes cat en 1975, Vienne en 76, Arlon en 77; Udine en 80, plus 7 titres de championne de France entre 1970 et 1980.

**Angello Parisi** et **Thierry Rey**, sont les deux premiers champions Olympique en 1980, suivis par **Marc Alexandre** en 1988.

**Brigitte Deydier** : 8ème Dan, championne du monde en 82, 84, 86, plus 4 titres de championne d'Europe plus 10 fois championnes de France plus de l'argent aux J O en démonstration Seoul de 1988

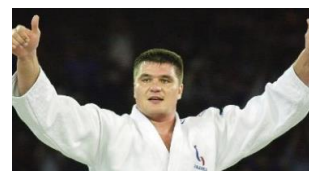
**David Douillet** : aux Jeux Olympiques de Sidney en 2000 devient le judoka le plus titré (dont 2 fois champions Olympiques, 4 fois champion du monde)

### **Un peu plus « jeunes »**

**Lucie Décosse** : Constitue un palmarès exceptionnel : championne du monde 2005, 2010 et 2011, vice-championne du monde 2007, quatre fois championne d'Europe, vice-championne olympique à Pékin en 2008 et enfin, championne olympique à Londres le 1er août 2012. Elle est actuellement 6e dan. Lucie Décosse met un terme à sa carrière sportive le 30 août 2013 à l'issue de sa participation aux Championnats du monde à Rio de Janeiro.

**Cathy Fleury** : S'illustrant dans la catégorie des poids mi-moyen, elle a remporté la médaille d'or aux Jeux olympiques de 1992 de Barcelone. Elle devenait ainsi la première judoka française championne olympique avec **Cécile Nowak**. Plus encore, elle devenait la première Française, tous sports confondus, à remporter les trois compétitions majeures (Jeux olympiques, Championnats du monde et Championnats d'Europe). En effet, son palmarès affiche également un titre mondial et un titre européen obtenus durant l'année 1989.

**Teddy Riner** succède à Douillet avec, 10 médailles d'or en championnat du monde, 2 médailles d'or aux J O, en 2016 à Rio de Janeiro et en 2012 à Londres. 5 fois champion d'Europe.



## Evolution

Dans les années 50 les catégories de poids n'existaient pas, il fallait dominer par la technique et non par la force.

**1951**, le bulletin officiel de la F F de Novembre 1951 annonce que la durée d'une compétition est comprise entre trois et vingt minutes. Cependant, la limite supérieure peut être augmentée.

**1952**, le congrès de la FIJ se réunit à Zurich, trois catégories de poids sont demandées légers moins de 68kg, moyens de 68 à 80 et lourd plus de 80kg. Cette adoption n'est pas reconnue pour les compétitions officielles, mais en marge des championnats d'Europe disputés à Paris en décembre, une épreuve est inscrite au programme. Le problème des catégories de poids a dominé l'organisation du judo Français durant la décennie 1950-1960. En **1965**, on passa à cinq catégories unifiées et adoptées par la FI à Rio plus toutes catégories et en **1977**, à sept catégories.

**1973**, le règlement est modifié pour introduire de nouveaux avantages et des nouvelles pénalités (koka, yuko, shido, chui...).

Pendant plusieurs années, les championnats mondiaux féminins étaient organisés en alternance avec les masculins (année paire et année impaire). C'est en 1987 que les compétitions hommes et femmes sont regroupées pour la première fois.

A partir de **2009**, au championnat du monde à Rotterdam, les mondiaux deviennent annuels, hors année olympique, contrairement à avant où ils étaient biannuels.

**1997**, les judogi bleus sont expérimentés au tournoi de Paris. Les Japonais toujours opposés obtiennent une dérogation pour se présenter en blanc.

**1998**, les deux combattants doivent avoir deux judogi pour combattre, soit en blanc, soit en bleu lors des compétitions internationales. Ces deux couleurs de judogi sont utilisées pour différencier les judokas lors des combats.

☉ « *Jadis les deux combattants étaient revêtus d'un judogi blanc, seule la ceinture blanche pour l'un, rouge pour l'autre, permettait de les distinguer. Il y a une signification, au Japon, le rouge et le blanc sont des couleurs de l'opposition. L'instauration des judogi bleus a brouillé l'image du judo car cette couleur ne signifie strictement rien* » Emmanuel Charlot rédacteur en chef « *l'Esprit du Judo* »

☉ « *Le blanc, couleur, ou absence de couleur, n'est pas le fruit du hasard, c'est le symbole de la sobriété, de la modestie.* »

Autre thématique que les catégories de poids et le temps de combat : l'arbitrage.

« Je ne parlerais pas de l'évolution de **l'arbitrage** (Trop vaste programme !!) »



« L'image » impose le bleu et le blanc !

## *Lettre ouverte aux jeunes compétiteurs par Patrick Roux*

La passion pour la compétition est bonne quand on a compris qu'il est important de toujours chercher à progresser en maîtrise. Savoir approfondir sa pratique du judo ouvre des voies insoupçonnées pour le présent et prépare le futur.



La plupart des judokas savent que le judo a été conçu comme une méthode d'éducation globale par Jigoro Kano, et que celui-ci, a laissé des écrits philosophiques dont nous connaissons surtout les deux célèbres maximes.

Vous vivez intensément votre passion de sportif engagé dans l'aventure de la compétition, et c'est bien. Le travail que vous fournissez maintenant, porté par cette passion est un socle très solide sur lequel vous pourrez construire plus tard, si vous le souhaitez.

Ce qui est important cependant, c'est de comprendre une chose, une seule, mais essentielle : quelle que soit la facette du judo que l'on a momentanément choisie d'explorer, il faut toujours chercher à s'améliorer dans sa pratique. Améliorer sa condition physique, sa technique, faire progresser sa concentration, son mental, son intelligence de jeu.

Compétiteurs, ce qui fait de vous de « vrai » judokas n'est pas votre passion pour la victoire et la médaille, c'est l'énergie la constance, la volonté, que vous mettez à devenir plus fort dans votre discipline, et en particulier dans les aspects de la maîtrise.

Pourquoi ? Parce que chercher à maîtriser sa technique ou à se maîtriser soi-même, c'est un peu le même chemin. La coordination,

c'est le premier pas vers la connaissance de soi. Dans cette perspective, je voudrais vous suggérer une attitude : la curiosité, l'ouverture d'esprit.

**Pendant les années où l'on se consacre sérieusement à la compétition, l'on manque souvent de temps et d'envie pour étudier certains aspects qui paraissent ne pas aller directement à l'essentiel pour l'objectif du moment :**

**- L'approfondissement technique (ce qui est tout de même un drôle de paradoxe) mais aussi la pratique du kata, ou lecture sur l'histoire du judo.**

C'est une erreur car cet approfondissement, non seulement ne risque pas de contrarier vos efforts d'entraînement, mais sera peut-être source d'inspiration et de progrès immédiats.

L'excellence technique est essentielle pour la pratique de haut niveau et vos curiosités diverses peuvent vous amener à trouver des éléments fondamentaux que les dernières études de la recherche sportive redécouvrent en termes de principes du mouvement, de respiration, de posture mentale, etc. Et ainsi, vous entrebâillez des portes par lesquelles vous pourrez passer plus tard, quand vous aurez l'envie et le temps.

Au-delà de l'entraînement sportif, et de la compétition qui ne durent que quelques années, le judo nous offre la possibilité de magnifiques prolongations, pour peu qu'on l'ait suffisamment respecté dans notre jeunesse, au moment du travail décisif. Le Judo se pratique toute la vie.

## **Le combat** (par Jean Lucien Jazarin)

Le combat réclame une pleine présence. La moindre absence de l'attention est sanctionnée par la chute. Il faut, tout en restant soi-même, « sentir » l'autre. Le « sentir » parce que l'on n'a le temps ni de penser, ni de réfléchir. Il faut, en quelques sorte devenir l'autre, épouser son action, ses réactions être aussi instantané que lui. La peur nous raidit et nous confine à une défensive stérile dans laquelle nous ne faisons plus le judo.

Le combat nous révèle nos erreurs, nos insuffisances physiques, mentales, morales.

Le combat, le randori, le kata, sont des moyens d'élection où l'intensité de l'expérience est portée au maximum.

Le randori : le randori-compétition que nous pratiquons en occident est bien davantage compétition que randori. Le travail est raide, heurté, défensif et, par conséquent, lent. Les Japonais font au contraire un randori souple, rapide, offensif. Le rythme des attaques est beaucoup plus intense et les attaques se succèdent sans interruption. Il faut, en judo, respecter rigoureusement l'ordre suivant :

1° : technique, 2° : vitesse, 3° : puissance. La puissance venant en dernier. Si on met la puissance en premier, jamais il ne sera possible d'acquérir la vitesse, encore moins une technique exacte.

Tout progrès en judo est implacablement conditionné par la modestie, par l'humilité vraie. Si comme disait plaisamment Maître Kawaishi, il a « grosse tête », c'est fini, tout progrès lui est interdit, jusqu'au jour fatal de l'inévitable et souhaitable humiliation.

*Le judo c'est un entraînement, un chemin d'amélioration de soi-même. Il ne peut être compris qu'à travers une pratique sincère, régulière, progressive, simple et logique qui respecte la santé et la sécurité du judoka...*

*L'effort, le dépassement de soi, la rigueur que requiert l'entraînement permettront au judoka d'évaluer son véritable potentiel physique et mental et ainsi de découvrir ses véritables limites... Il découvrira aussi que celles-ci ne sont pas figées et que le judo favorise les progrès et le développement personnel, grâce aux autres !*

*Patrick Roux*



Sources :

L'art du Judo de Patrick Roux,  
Documents FFJDA,  
Encyclopédie des Arts Martiaux de Habersetzer,  
Ecole de vie de J L Jazarin,  
Un million de judokas Claude Thibault