

sports et loisirs

Le MMA s'apprête à monter sur un ring poitevin

Enseignant de judo, Yohann Ruelle, après un séjour aux USA et au Canada, va lancer une salle spécialisée dans les arts martiaux mixtes à Saint-Benoît.

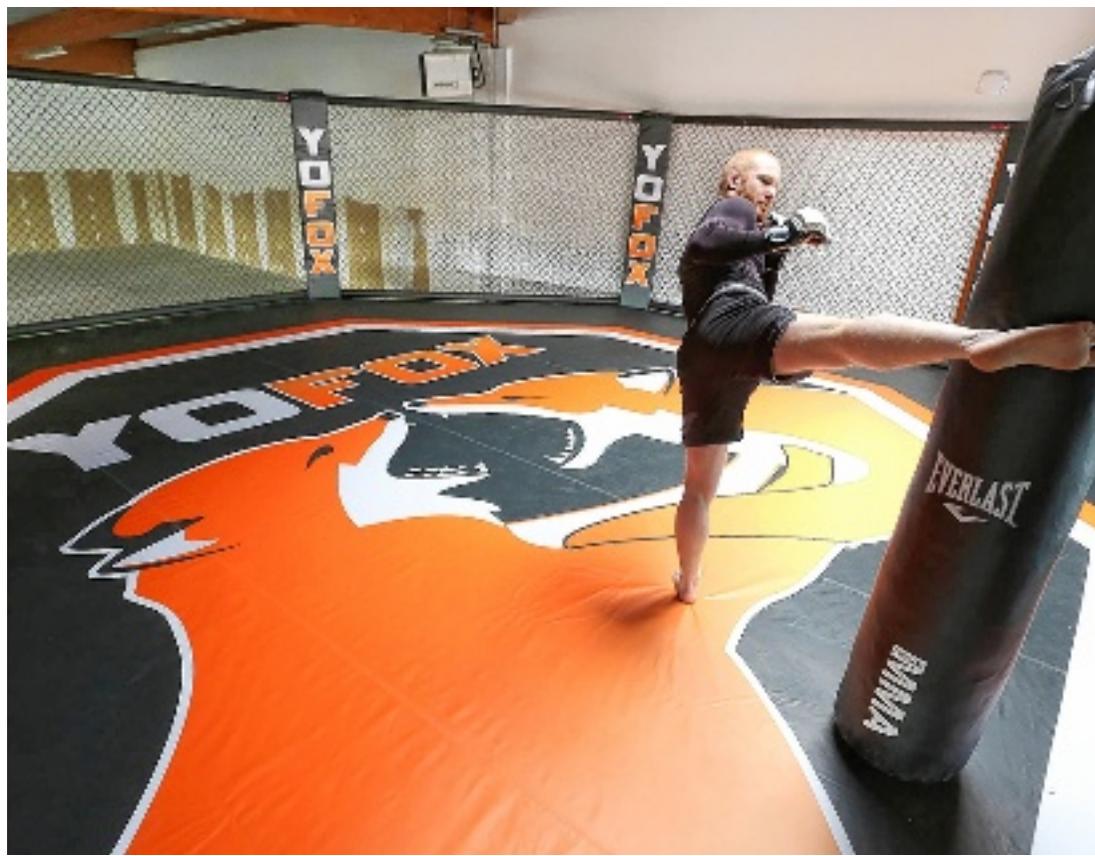
L'enseigne est posée sur les murs extérieurs : MMA, Judo, Self Défense, Danse, Dojo nouvelle génération. A l'intérieur, des ouvriers sont en pleins travaux dans les anciens Etablissements Lacroix sur la zone du Grand Large à Saint-Benoît. Le nouveau maître des lieux se retrouve aussi les manches. « Avec mon épouse Virginie, on est là tous les jours pour les cloisons, le sol, les carrelages... », indique Yohann Ruelle.

“ Je reçois déjà plein d'appels pour savoir quand on ouvre ”

Ce prof de judo avait prévu l'ouverture de sa salle nommée Yofox au cours de ce mois de juin. En fait, elle aura plutôt lieu à la rentrée. Son originalité ? Proposer aux amateurs une activité de Mixed Martial Arts (MMA) ⁽¹⁾. Cette discipline, trop violente selon ses détracteurs, ferait de plus en plus d'adeptes en France, y compris chez les enfants. Sa pratique est interdite en compétition sur le sol français. Rencontre avec le spécialiste.

Pourquoi avoir choisi de vous installer à Poitiers ?

Yohann Ruelle : « Quand je suis parti aux Etats-Unis et au Canada pour m'entraîner avec des champions (lire par ailleurs), j'ai découvert une vraie ambiance dans les “ gyms », un concept que j'ai ensuite envisagé de re-



Yohann Ruelle en démonstration sur le ring octogone installé dans la salle à Saint-Benoît.

(Photo Patrick Lavaud)

produire en France. A Lyon, je n'ai rien trouvé et c'est ma sœur, qui habite dans la région, qui m'a aiguillé sur Poitiers où on a eu un coup de cœur pour ce fabuleux local de 700 m². On a démarré les travaux en février. »

Qui pourra pratiquer le MMA ?

« Je vais le proposer à tout le monde, des enfants aux adultes, en fonction des aptitudes. A Châtelailon où j'avais lancé le MMA, toutes les classes sociales et toutes les générations étaient représentées. C'est le sport de combat en vogue. Je reçois déjà plein de coups de fil pour me demander quand on ouvre. »

Est-ce dangereux pour les débutants ?

« C'est du MMA éducatif avec des frappes à la touche. Les pra-

tiquants sont bien protégés pour apprendre les techniques en s'amusant. On s'appuie sur les pédagogies d'autres sports : le judo, la boxe éducative... Il faut apprendre à maîtriser ses émotions et son corps pour rester dans une pratique sécurisante. Moi, c'est le judo qui m'a éduqué, ses valeurs qui m'ont formé et on rentrera dans cette salle comme dans un dojo. Le code moral sera affiché à l'entrée. »

Vous disposerez d'un véritable ring de MMA.

« C'est une très grosse structure en forme d'octogone de huit mètres de diamètre en provenance de République Tchèque. Avant, le MMA se déroulait dans un ring de boxe. C'était dangereux quand un combattant était projeté en dehors. Le grillage sert de protection en cas de

projection. Ici, je compte préparer des athlètes pour combattre dans des championnats en Angleterre, en Suisse, en Belgique où le MMA est autorisé en compétition. »

Pourquoi ne l'est-il pas en France ?

« On est très émotif par rapport aux images. Pourtant, c'est devenu un vrai sport avec un règlement codifié et un show télévisé important. Il est prouvé que c'est moins dangereux que la boxe. Moi, c'est vraiment un truc qui me convient, que je recherchais depuis tout petit. »

Recueilli par
Jean-François Rullier

⁽¹⁾ En attendant l'ouverture de Yofox, des démonstrations pourraient être organisées en relation avec le comité régional de MMA.

pratique

Dans un octogone grillagé

> **Le MMA, pour Mixed Martial Arts**, est un sport de combat associant plusieurs arts martiaux (boxe, lutte, judo). Les deux combattants peuvent en effet utiliser les frappes pieds et poings, les projections au sol, les soumissions.

> **Le MMA se pratique dans un octogone grillagé.** Les pratiquants estiment que celui-ci est moins dangereux qu'un simple ring pour les combattants.

> **Le MMA est interdit de compétition** en France en raison des coups portés sur un adversaire au sol. Les partisans répliquent que ce sport est très encadré et toujours en présence d'un arbitre.

la question

Pourquoi la salle se nomme-t-elle Yofox ?

Son responsable, **Yohann Ruelle**, explique : « Yo, c'est le début de mon prénom, et fox, cela signifie renard en anglais. Comme cet animal, je suis roux, assez rusé et je réfléchis beaucoup. »

point chaud

Le judo réticent

Jérôme Breteau est président du comité de la Vienne de judo, fort de 4.800 licenciés. Sur le projet de Yohann Ruelle, il souligne : « Je l'ai connu en tant qu'enseignant de judo. Il a un côté pédagogique intéressant. Concernant le MMA, je n'ai pas d'avis particulier. La position fédérale est de ne pas avoir de MMA dans les clubs de judo ⁽¹⁾. Certains ont des sections MMA mais elles sont autonomes. C'est le cas à Ingrandes, à Thuré ou au Futur Ô Club. »

⁽¹⁾ Le MMA lui prendrait des licenciés.

en savoir plus

Une section enfants au Futur Ô Club

C'est Grégory Morencio, ceinture noire 4^e dan de judo, qui prodigue les cours de MMA à une quarantaine d'amateurs au Futur Ô Club qui rayonne sur quatre communes (Chasseneuil-du-Poitou, Migné-Auxances, Saint-Cyr, Saint-Georges-lès-Baillargeaux). « C'est une pratique éducative, explique-t-il. Les gens viennent du foot, du karaté, du rugby... Ils trouvent le MMA plus accessible que le judo et se font plaisir. On apprend à donner des coups, les projections, le travail au sol... Si on veut appuyer les frappes, les adhérents mettent des protections. A Saint-Georges, nous avons ouvert une section enfants pour les 10-14 ans avec une quinzaine d'inscrits. »

••• Du Pôle France Poitiers à Las Vegas

Ceinture noire 3^e dan, Yohann Ruelle a débuté le judo à l'âge de « 5 ou 6 ans ». « J'ai suivi le parcours normal d'un sportif de cette Fédération en intégrant le Pôle Espoirs de Nantes puis le Pôle France de Poitiers sous la houlette de Jean-Pierre Decosterd », raconte le responsable de Yofox.

Après l'obtention de son Brevet d'Etat au CREPS de Poitiers, il devient enseignant au club de La Rochelle. « Je suis

parti ensuite à Châtelailon pour développer les activités que je voulais mettre en place, notamment le MMA, les arts martiaux modernes. J'ai également pratiqué la boxe pieds-poings ».

“ Je me suis entraîné dur aux Etats-Unis ”

En 2014, Yohann Ruelle participe à une sélection nationale de MMA organisée à Paris par

la Commission Française de MMA. Il sera retenu pour disputer les championnats du monde amateurs à Las Vegas où il s'incline dans sa catégorie face au champion du monde finlandais Jari Illikainen, de plus de dix ans son cadet.

C'est à partir de ce séjour sur le sol américain qu'il ressent le besoin de vivre une expérience en Amérique du Nord auprès des meilleurs spécialistes.

« J'ai tout vendu à Châtelailon

pour m'exiler avec mon épouse aux Etats-Unis et au Canada pendant un an, se souvient-il, sans regret. Je me suis entraîné dur dans les plus grandes salles, notamment à Montréal et New-York, avec des gens de top-niveau mondial. C'est ce qui m'a permis d'avancer dans la discipline ».

Au point de lancer sa propre structure à Saint-Benoît/Poitiers.

J.-F.R.