

L'actu du jour

Aïkido, kung-fu, wushu... le grand show des arts martiaux

Dans la grande famille des "arts martiaux", il existe de nombreux sports de combat, comme le judo, l'aïkido ou encore le jiu-jitsu. Pas facile de s'y retrouver lorsqu'on ne s'y connaît pas ! Alors, pour t'aider à différencier certains de ces sports plus impressionnants les uns que les autres, *1jour1actu* a rencontré des jeunes "ninjas" lors du 34e Festival des arts martiaux, à Paris, le week-end dernier.



Nabil, Wael, Tony, Julyann et Nino partagent tous les cinq la passion du kung-fu, un art martial asiatique dans lequel il faut se défendre en étant armé de sabres, de bâtons ou même d'éventails ! (© Dakota Gizard).

Ce samedi, pas de concert de prévu à l'AccorHotels Arena à Paris, mais une centaine d'athlètes, hommes, femmes et enfants, s'entraînent tour à tour sur un immense **tatami**. Certains **cassent des briques** à mains nues. D'autres s'élancent en l'air grâce à **un salto** ou bien **enchaînent les attaques** au sabre. Tous sont réunis pour faire **découvrir aux spectateurs les différents arts martiaux** le temps d'une soirée.

Pourquoi en parle-t-on ?
Parce que, samedi dernier, le 34e Festival des arts martiaux était organisé à l'AccorHotels Arena, à Paris. En France, près d'1 million de personnes pratiquent un art martial dans un club, enfants comme adultes.



L'aïkido est un sport de discipline : en compétition, par exemple, le but n'est pas de terrasser à tout prix l'adversaire. Les sportifs sont d'abord évalués sur leur technique et sur la façon dont ils réalisent les différentes prises pour se défendre (© Dakota Gizard).

L'aïkido : se défendre grâce à la force de l'adversaire

Parmi eux, certains sont même venus de loin pour l'occasion comme **Bulat, 11 ans, et Adelya, 10 ans**. La veille, avec leur maître et leurs camarades de sport, ils ont pris l'avion depuis **Kazan, une ville de Russie**, pour faire découvrir aux spectateurs l'aïkido russe ! *“C'est un art martial d'origine japonaise, mais qui est très pratiqué en Russie”*, explique Bulat.

L'aïkido n'est pas un sport de combat, mais **de défense**. Le but est d'**utiliser la force** de l'adversaire pour se défendre à mains nues. *“Par exemple, en réussissant à le faire tomber quand il nous pousse”*, précise Adelya, qui pratique l'aïkido depuis ses 5 ans.

Le kung-fu : combattre avec des armes et du respect

Puis vient le tour des élèves de l'**école du Dragon**, en région parisienne, de faire leur démonstration. Leur spécialité ? **Le kung-fu ! Cet art martial asiatique** se pratique à **mains nues** ou **armé de bâtons, de sabres ou même d'éventails**. Un sport idéal lorsqu'on *“manque de confiance en soi”*, admet Julyann, 12 ans. *“On est obligé de dépasser sa timidité pour combattre car on doit intimider notre adversaire pour prendre le dessus sur lui !”* Mais en pratiquant le kung-fu, *“on apprend surtout le respect”*, complète Wael, 13 ans. *“De notre adversaire, mais aussi de notre arme. Si on la fait tomber, il faut la saluer (se pencher au-dessus) avant de la ramasser !”*

Le wushu : pratiquer tous les arts martiaux chinois à la fois !



En pleine démonstration de wushu, Casey tient dans sa main une hallebarde, une arme traditionnelle chinoise qui ressemble à un grand sabre ! (© Dakota Gizard)

Même si cela peut paraître simple, pratiquer n'importe quel **art martial** nécessite avant tout "**beaucoup de travail**", explique **Casey, 16 ans**. Ce jeune Français est **un prodige du wushu, un sport de combat** qui regroupe **tous les arts martiaux chinois** à la fois. Casey a débuté **le wushu** quand il avait 10 ans et, depuis, il a été plusieurs fois **champion de France**.

Sur **le tatami**, il enchaîne alors les roues sans les mains et les sauts, le corps parallèle au tatami. Il manie aussi **le sabre** et **le nunchaku**. Mais, pour atteindre un tel niveau, Casey s'entraîne tous les jours pendant 3 heures. Et il espère bien pouvoir faire un jour du **wushu** son métier, en devenant **acteur dans des films d'arts martiaux**, comme son idole... le célèbre acteur chinois Jackie Chan !

Dakota Gizard

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](http://www.1jour1actu.com)