

## JÔDÔ

## Un premier stage a eu lieu à Sion

Dimanche dernier a eu lieu à Sion le premier stage organisé par le groupe de jôdô Shûri Kosei Dôjô créé en 2014. Ce stage qui a réuni onze participants venus de toute la Suisse était dirigé par Yves Galley, enseignant de la Fédération européenne de jôdô (voie du bâton).

Le thème portait sur le développement du «Zanshin», une forme de concentration et d'éveil qui évolue avec la progression du pratiquant: l'élève doit d'abord viser à éliminer tous les mouvements superflus dans les techniques de base puis progressivement dans son attitude mentale.

## Examens

La présence d'un deuxième enseignant de la fédération (Michel Ducret) a permis aux élèves de chaque niveau technique de bénéficier de conseils pointus. La journée s'est terminée par des examens de kyu, notamment pour le groupe de Sion: Bernard Ebenegger passe le cinquième kyu et Vagan Danieljan le quatrième. A cette occasion, Yves Galley a transmis à Jean-Jérôme Pillet le certificat Oku-Iri de l'école traditionnelle japonaise Shintô Musô Ryû. ● c

## ATHLÉTISME

## UBS Kids Cup Team: à vos agendas!

Le CABV Martigny met sur pied, le samedi 19 décembre prochain, à la salle du Midi, une éliminatoire romande de l'UBS Kids Cup Team. Le délai d'inscription arrive à son terme, dépêchez-vous donc d'inscrire vos équipes avant qu'il ne soit trop tard!

Composées de cinq ou six jeunes, selon l'âge, garçons, filles ou équipes mixtes, la manifestation permet aux trois premières équipes par catégorie de se qualifier pour la finale régionale du 23 janvier 2016, à Domdidier.

L'athlétisme fun se présente avec quatre concours: le saut ludique, le sprint ludique, le biathlon et le team cross, ce qui permet, à coup sûr, des luttes spectaculaires et une ambiance de feu.

Renseignements et inscriptions chez jcdelay@sunrise.ch 027 722 61 34 ou sur le site de l'organisateur www.cabvmartigny.ch ● IPT

## ARTS MARTIAUX

## XINLING ET MICHAËL JACQUEMET

## Le kung-fu comme art de vivre

La Chine et les arts martiaux ont uni les époux Jacquemet au-delà des cultures et de la distance géographique. Une passion commune qui les a menés jusqu'au championnat du monde.

ADRIEN DÉLÈZE

C'est ce que l'on appelle une raz-zia! Lors de leur séjour à la 3e édition des championnats unifiés mondiaux d'arts martiaux qui se déroulaient début novembre en Espagne, Michaël et Xinling Jacquemet ont remporté la bagatelle de cinq médailles. Pour le couple qui réside à Premploz, ces récompenses s'affichent comme une reconnaissance envers l'investissement consenti pour leur passion commune, transformée au fil du temps en art de vivre: le kung-fu.

En 2014, c'était en solitaire que le jeune homme originaire de Conthey avait obtenu trois médailles d'argent en Italie, lors de la 2e édition des championnats unifiés. «L'année dernière, je n'atten-

XINLING

«Mes parents étaient sceptiques à l'idée d'un mariage mixte, mais dès que Michaël est venu chez nous, ils ont changé d'avis.»

dais pas du tout un tel succès, confie humblement le Valaisan. Au retour, j'ai mis quasiment trois semaines à m'en remettre. C'est cela que l'on doit appeler le revers de la médaille.» Cependant, en novembre dernier, le peintre en carrosserie était prêt et accompagné pour relever ce défi. «Je m'étais préparé pour faire un résultat. Nous ne sommes pas nombreux en Europe à pratiquer le type de kung-fu que j'ai adopté. Il était auparavant réservé exclusivement à la garde impériale chinoise.»

## Initié par son père

Pendant des siècles, le secret du kung-fu wudang shan, qui se distingue du kung-fu shaolin à influence bouddhiste, est demeuré enfermé en territoire chinois. «Cela fait maintenant une petite décennie qu'il s'est exporté en Europe et aux USA et il est encore très peu répandu dans nos contrées. A l'inverse du shaolin qui est un art martial plus démonstratif, le wudang shan est un art plus interne.» Une quête de soi autant spirituelle que physique entamée il y a tout juste cinq ans par celui dont le père, Georgy, est lui aussi un grand amateur et un instructeur d'arts martiaux. «Mon père m'a initié dès mon plus jeune âge et les arts martiaux ont toujours fait partie de moi.»

Depuis toujours l'appel de l'Orient a retenti, si bien qu'à l'âge de 26 ans le Contheysan a entamé une première fois le long périple vers la Chine. Un périple qui a considérablement transformé son approche des arts martiaux, mais également sa vie. «Avant ce voyage, je privilégiais l'aspect physique des arts martiaux. Cependant,



Xinling et Michaël Jacquemet se sont rencontrés en Chine. Ils se sont mariés en avril dernier. HÉLOÏSE MARET

ce premier séjour d'un mois et demi dans un temple wudang m'a permis de progresser techniquement et m'a inculqué un art de la douceur que je ne connaissais pas, accompagné d'un travail sur le relâchement et l'élasticité.»

## Entre amour et attente

Neuf heures durant, six jours sur sept, Michaël Jacquemet a poursuivi son apprentissage du kung-fu. Malgré ce programme intensif, le jeune Valaisan n'a pu s'empêcher de remarquer celle qui, des années plus tard, allait devenir sa femme: Liu Xinling. «Nous avons très vite constaté un intérêt réciproque, mais les codes sociaux qui conduisent les rapports homme-

MICHAËL

«La semaine, je consacre en moyenne cinq à six heures par jour aux arts martiaux.»

femme en Chine sont quasi moyen-âgeux.» Commence alors un long processus d'apprentissage de l'autre et de sa culture, menacé par les traditions et la distance géographique. «Je suis retourné en Chine tous les ans, pour environ deux mois. Le reste du temps, nous échangeons via les réseaux sociaux.» Celle qui est son épouse légitime devant la République populaire de Chine depuis le 18 avril dernier, complète: «Mes parents étaient sceptiques à l'idée d'un mariage mixte, mais dès que Michaël est venu chez nous, ils ont changé d'avis.» Après

maints et maints revirements administratifs, le couple a finalement pu s'unir. «J'ai séjourné durant trois mois en territoire chinois pour le mariage, noyé dans les documents et les coups de téléphone», confie le trentenaire. Des efforts qui ont été récompensés le 23 mai 2015, avec l'établissement définitif de son épouse en Valais.

## Médecine traditionnelle

En mari attentionné, l'ancien ouvrier du bâtiment a rénové un petit entrepôt pour permettre à son épouse d'exercer sa profession de praticien en médecine traditionnelle sur les Hauts de Conthey. «La médecine traditionnelle chinoise est plus qu'un travail pour moi, c'est une passion, au même titre que les arts martiaux ou les voyages que j'ai pu faire à l'intérieur de mon pays», confie Xinling Jacquemet. Son mari de poursuivre: «Les arts martiaux ont une place centrale dans notre vie. La semaine, j'y consacre en moyenne cinq à six heures par jour, le week-end ce temps est en nette augmentation.»

Xinling Jacquemet, qui a baigné dans le kung-fu wudang shan dès son plus jeune âge, confirme: «C'est un travail intérieur qui amène un esprit sain en s'appliquant à rééquilibrer le corps. Entre rigidité et souplesse, il est considéré en Chine comme une arme de longévité.» Après quelques mois passés en territoire valaisan, celle-ci s'acclimate gentiment. «Le français est une langue très compliquée, notamment au niveau de la conjugaison. Chez nous, un mot représente plusieurs idées, ici chaque mot à sa ou ses définitions.» Pour l'heure, les Jacquemet jonglent encore entre anglais, français et chinois. ●

## BIOS EXPRESS

**Michaël Jacquemet**  
Age: 31 ans.  
Professions: peintre en carrosserie et instructeur.  
Situation familiale: marié, sans enfant.  
Principaux résultats: double médaillé d'argent et médaillé de bronze des championnats unifiés mondiaux d'arts martiaux en 2015. Triple médaillé d'argent de l'édition 2014.



**Xinling Jacquemet**  
Age: 30 ans.  
Profession: praticien en médecine traditionnelle chinoise.  
Situation familiale: mariée, sans enfant.  
Principaux résultats: Deux fois médaillée d'argent aux championnats unifiés mondiaux 2015.

## «JE SUIS DEvenu UNE PERSONNE MEILLEURE»

En plus de leur entraînement personnel, le couple, accompagné du père de Michaël, dispense chaque soir leur savoir martial à des amateurs. «Etant donné que je travaille pour mon père dans la carrosserie, j'ai des horaires un peu plus souples qui me permettent de me consacrer à mes cours et à mon entraînement.» Cela fait maintenant vingt-deux ans que Georgy Jacquemet partage sa passion pour le karaté avec des amateurs au travers de son club d'arts martiaux. Son fils a bien évidemment baigné dans ce milieu dès son plus jeune âge et dispense depuis de nombreux cours en compagnie de son paternel. «Nous proposons du karaté pour les enfants, des cours de combat pour les personnes entre 12 ans et la trentaine, du taïchi pour les plus âgés et du tao pour tous les âges. Il y en a pour tous les

goûts, du travail physique au travail plus personnel en passant par des exercices de bien-être corporel.»

## ENRICHISSEMENT PERSONNEL

Comme lors de ces voyages en Chine, le Valaisan profite de ces différentes interactions pour son enrichissement personnel. «Grâce au kung-fu je suis devenu une personne meilleure, plus en phase avec moi-même. C'est une école de vie que j'essaie de transmettre à mes élèves en tentant de leur apporter un peu de ce que les arts martiaux m'ont apporté. Quant à la Chine, il serait compliqué de résumer une telle richesse sociale avec des mots!» Amoureux de la nature, Michaël Jacquemet se plaît également à s'entraîner et à méditer en extérieur quand l'occasion se présente. ● AD

T'ES OÙ BÉNÉVOLE ?

www.benevoles-vs.ch