

Le Brizon Gym de retour sur le ring

C'est l'heure de la rentrée pour le club riomois de boxe thaïlandaise Brizon Gym. Un club aux allures de grande famille, mêlant compétition et loisirs.

Chloé Tridera

chloe.tridera@centrefrance.com

« La rentrée se fait tranquillement. Chacun son rythme », sourit Raphaël Gomes, éducateur sportif. La nouvelle saison a commencé au Brizon Gym, le club riomois de boxe thaïlandaise. « Les entraînements reprennent en douceur jusqu'au 1^{er} septembre », précise l'entraîneur. Cette saison 2018-2019 sonne comme un renouveau pour le club. Les boxeurs pourront profiter pleinement d'un gymnase Georges-Séchaud flambant neuf, qu'ils avaient déserté une bonne partie de la saison précédente pour cause de travaux. Cette délocalisation, temporaire, a affecté le nombre d'adhérents du club.

« Il y a des couples Brizon, des enfants Brizon... »

« Mais nous allons rebondir. Nous attendons jusqu'à 350 inscrits cette année », se réjouit Frédéric Pereira, président du club depuis quinze ans. Retourner dans la salle d'antan, nom-



ÉQUIPE. Une partie des membres du Brizon Gym de retour sur le ring du gymnase Georges-Séchaud, à la Varenne.

mée gymnase George-Séchaud en avril, leur a permis de retrouver l'osmose du club, l'esprit de famille. « Il y a des couples Brizon, des enfants Brizon et même des petits-enfants ! », sourit Yves Daturi, ancien président du club.

Le leitmotiv du club : offrir un sport accessible à tous, de 5 ans à 80 ans. « L'un de nos doyens a 67 ans. Il a franchi le cap par curiosité et désormais, il ne quitte plus la salle », s'amuse

Un créneau réservé aux seniors à la rentrée

Parmi les nouveautés de la rentrée, le Brizon Gym ouvre une section réservée aux seniors. Son but : renforcer le lien social et faire perdurer la pratique sportive, même avec l'âge. « Cette session pour les seniors est l'occasion de redonner goût à une activité que l'on a tendance à délaïsser l'âge avançant », explique Yves Daturi, médecin du sport et ancien président du club. Accompagné de Raphaël Gomes, éducateur sportif, le cours aura pour objectif d'optimiser les capacités d'endurance et cardio-respiratoires, la force, la souplesse et l'équilibre. Le cours durera une heure et oscillera entre self-défense sans coup porté, relaxation, yoga et exercices de renforcement musculaire, « en adaptant la pratique à chaque participant », insiste Yves Daturi. Les cours auront lieu le mercredi après-midi de 15 h 15 à 16 h 30. ■

Raphaël Gomes. Ainsi, avec un pôle loisir important, le Brizon Gym peut se targuer d'avoir atteint cet objectif. Et pas de discrimination des sexes ici. « Il y a autant de femmes que d'hommes dans le club », se félicite le président. « On souhaite s'adapter à nos adhérents et non l'inverse », glisse Frédéric Pereira.

Son autre point fort ? Une équipe de compétiteurs multi-médaille. « Nos "Nak muay" (*) sont classés et participent à des compétitions régionales, nationales et internationales », note Raphaël Gomes. Et le club insiste sur la liberté de ses membres à se lancer dans la compétition. « Mais nous prévenons : si on se lance, il faut de la rigueur dans l'entraînement. Être en compétition demande des sacrifices, notamment sur le poids. »

Lors de la reprise, une partie d'entre eux s'attaitait au sac de frappe. Parmi eux, Juliette Lacroix, fraîchement vice-championne d'Europe. Elle est très attachée au club : « On est soutenus dans ce club et ça fait chaud au cœur de voir cette fraternité. » Les autres champions du jour, deux frères : Alex et Axel Salomon, respectivement âgés de 16 et 19 ans. Ils font la route toutes les semaines depuis Montluçon pour s'entraîner, parce que « c'est le meilleur club en Auvergne », avoue Axel. ■

(*) Nom donné au boxeur, traduire « combattant ».

➔ **Inscription.** Toutes les informations sont à retrouver sur le site du club brizongymriom.fr. Tarifs pour la saison : 100 € pour les enfants et 140 € pour les adultes.