

Le petit Journal.  
28/10/2013

Agen

## Bernard Bilicki : dans la cour des... dan !

Karaté



(Les stagiaires motivés par la présence de Bernard Bilicki.)

L'Ecole Agenaise de Karaté Shotokan, présidée par Sylvie de Castro, organisait le 19 octobre dernier au Stadium, un stage de perfectionnement de « *Karaté Jutsu* », placé sous l'égide du 9ème Dan de Karaté Shotokan, Bernard Bilicki. Quarante ans de Karaté et tous ses... Dan ! Bernard Bilicki est un karatéka heureux. Il s'est vu décerner en juin dernier le 9ème dan de Karaté Shotokan, rejoignant ainsi une liste étroite de valeureux sportifs comme Serge Chouraqui ou Dominique Valera.

Il débuta le judo à l'âge de sept ans mais son père, enseignant de karaté, l'initia à cette discipline qu'il n'apprécia guère d'emblée. Double ceinture noire à seize ans, il obtiendra son brevet d'état d'arts martiaux à 22 ans et deviendra champion de France aux côtés de Dominique Valéra, par équipes de clubs en 1969 et 1970 avec l'«*Europe Karaté Club*». Triple champion de France des mi-moyens en 1979, 1980 et 1981, médaillé européen en 1979 champion d'Europe, vice champion du monde par équipes en 1980 et finaliste des Jeux mondiaux en individuels en 1981, il exerce aujourd'hui les fonctions de directeur technique de ligue, membre de la coordination nationale des grades, expert fédéral et responsable national du karaté-jutsu.

Il possède un club sur Roanne et dispense toutes les fins de semaine des stages thématiques « *en fonction des besoins des ligues, des clubs et des départements* » précise le maître du Jutsu. Le travail de samedi matin fut basé sur le Karaté Jutsu, et plus particulièrement, sur des applications de séquences de Kata (« *forme* »), « *toute une pédagogie d'apprentissage afin que les stagiaires comprennent au mieux mon intervention* ». Enchaînement codifié et structuré de techniques, le kata représente un combat réel contre plusieurs assaillants virtuels, en vue de la formation du corps, de la transmission d'automatismes et de techniques secrètes.

Samedi après-midi, les stagiaires mirent en pratique samedi après-midi « *des techniques issues du karaté d'une manière épurée et pragmatique, répondant à des besoins d'auto-défense* » par le biais du Karaté Defense Training.