

Le parcours du combattant Frignati

l'essentiel ▼ Champion d'Europe vétérinaire de jiu-jitsu brésilien le 21 janvier 2017, l'Agenais Jean-Marc Frignati est revenu au pays pour ouvrir, il y a quelques mois, l'Ikigai Académie. Le lieu, dédié aux sports de combat, est doté d'une cage homologuée pour le MMA.

Il a « ça » dans la peau comme un kimono gorgé de sueurs qui vous colle au dos. Il y a plus de quarante ans, Jean-Marc Frignati a fait ses premiers randoris sur les tapis bleus du dojo de Rosette, sur cette couche rêche de 2 cm posée sur du ciment. Idéale pour vous endurcir le corps à chaque chute. Le judoka Frignati a été façonné au Passage Judo Université par l'intransigeant Pierre Roudanes, aujourd'hui 7e dan. Rigueur. Discipline. École de la souffrance. « Tout ça n'a jamais été un souci pour moi », fait-il remarquer. À 14 ans, il fréquente quotidiennement la salle passagère. À 19, il devient l'assistant de maître Roudanes. Il part un an se perfectionner à Barbazan auprès du sensei Louis Combes. Jean-Marc cherche à tutoyer les étoiles du haut niveau. Il en veut, il en rêve, il s'en donne les moyens, enchaîne les compétitions, gagne, perd, apprend. Et puis, c'est le cauchemar. La blessure à l'épaule droite. Cet arrachement est, pour lui, un déchirement. Opération. Il se remet. Jusqu'à ce que la clavicule pète. C'est cuit pour être un pro du judo mais, enfoui au fond de lui, se niche le désir d'être un jour au sommet.

Il découvre le jiu-jitsu brésilien aux Antilles

Sans jamais cesser de bosser en dehors des tatamis (il a passé 13 ans à la Générale des eaux, il a eu une entreprise de maçonnerie pendant 5 ans), il devient enseignant. Il est pendant 10 ans le professeur de judo de Foulayronnes et aussi celui de La Roque. Il explore en outre d'autres dis-

ciplines. Il approche d'autres techniques. Il s'ouvre, cherche de nouvelles sensations, de nouvelles confrontations. Pendant trois ans, il y a eu la boxe pieds poings au full-contact Agen. Ahmed Boualem était aux manettes. « Là, sourit-il, c'était à la dure ». Il se lance dans le karaté à Villeneuve-sur-Lot sous la houlette de maître Simon. Pour sa première compétition, il termine sur la seconde marche du podium. Il sera deux fois numéro 5 Français, en 2008 et en 2009.

En 2011, pour des raisons personnelles, il s'installe à la Martinique. Il est d'abord coach sportif puis, un an plus tard, monte une salle de sports de combat. Dans le passé, il avait fait un peu jiu-jitsu fighting (la forme sportive du jujitsu). Il s'en sert pour donner quelques cours de MMA (Mixed Martial Art) à de solides Antillais.

Un client - Un Toulousain en provenance du Canada - lui fait découvrir le jiu-jitsu brésilien. Jean-Marc sent bien l'affaire. Il en perce les secrets. Le 21 janvier 2017, le jour de ses 47 ans, il s'offre le plus beau des cadeaux : à Lisboannes, il est sacré champion d'Europe vétérinaire de jiu-jitsu brésilien. Ce jour-là, il a réveillé en lui un rêve enfoui après une blessure...

Né à Agen, il a le mal du pays. Il ressent le besoin de revenir là où il a grandi. À la Martinique, il vend tout et retourne aux sources avec un concept en tête et un projet celui de former, en Lot-et-Garonne, des champions de MMA.

Au 8 de la rue Pierre Mendès-France, avec sa compagne Manon Lacour, il fonde l'Ikigai Académie, rejoint « Pythagore », le groupe d'Emmanuel Fernandez. Au cœur d'une salle assez incroyable, entièrement rénovée de ses mains, il installe une cage homologuée.

Jean-Marc Frignati a été au bout du parcours du combattant. Il est temps de mettre des élèves sur une nouvelle voie qui s'ouvre en France, celle du MMA.

Bertrand Chomel

** En Japonais, ikigai signifie la « joie de vivre » et la « raison d'être ».*



Jean-Marc Frignati, 50 ans, enseigne le MMA à Agen / Photo DDM Jean-Michel Mazet

À Agen, il a ouvert un lieu dédié aux sports de combat avec une cage homologuée pour le MMA

« LE MMA, C'EST L'ÉPANOUISSEMENT DU COMBATTANT »

Mixed Martial Agen... À « Agen même », il est désormais possible de pratiquer le spectaculaire MMA - pour Mixed Martial Art - dans des conditions idéales. L'Ikigai Académie permet d'en apprendre les subtilités techniques en toute sécurité. En France, la discipline est interdite. Elle a longtemps été décriée, notamment par la Fédération Française de Judo. Cette dernière motivait sa réticence en expliquant qu'il n'est pas éthique de frapper un homme au seul. Le milieu du MMA rétorquait que la FFJ avait surtout peur de perdre des licenciés.

« Il n'est pas vrai de dire que tout est permis » Après plusieurs années de débat, les compétitions de MMA devaient être autorisées le 1er janvier 2020 par le ministère des sports. Dans un article du journal « Le Parisien » daté du 4 décembre, nous apprenions qu'elles ne seront qu'en février, voire plus tard. Une fédé doit en effet prendre le MMA sous son aile. Après celles de karaté, de lutte, de kick boxing (et muay thai), de boxe (anglaise) et de savate, la Fédération sportive et gymnique du travail a manifesté son intérêt. Le processus d'autorisation est retardé. Il paraît néanmoins inévitable pour, selon nous, au moins une raison : éviter son développement souterrain.

« Le MMA n'est pas un sport de sauvage, explique Jean-Marc Frignati mais l'épanouissement du combattant. Le MMA, c'est complet, c'est une expression pour tester ton efficacité en sport de combat. Et il n'est pas vrai de dire que tout est permis. La discipline est très réglementée. Il est interdit de mettre un coup de pied dans la tête d'un adversaire au sol, il est interdit de toucher aux points vitaux (doigts dans les yeux, coups à la gorge, coups dans les parties génitales, etc.). S'il y a une cage, c'est surtout pour protéger le combattant, pour éviter qu'il soit projeté ».

Après de ses élèves, Jean-Marc Frignati insiste beaucoup sur le côté martial. Il s'inspire du code moral du judo. Salut obligatoire, respect du lieu, affaires rangées au bord du tapis, hygiène, tenue vestimentaire... « Les élèves, dit-il, ne doivent pas se tenir n'importe comment et, franchement, ils sont contents de ça ». Bref, il ne fait pas n'importe quoi. Il se donne quatre ans pour sortir une élite de compétiteurs. Un Agenais a déjà commencé à travailler : Kevin Rimbault. Il pourrait faire son premier combat officiel de MMA lors de la 13e édition du Knock Out Championship, le 4 avril 2020 au Complexe Omnisports des Vauzelles de Cognac, organisé par la Pythagore Académie.

POUR TOUS LES GOÛTS

Il n'y a pas que du MMA à l'Ikigai Académie. Le lieu est entièrement dédié aux sports de combat. Il est possible de pratiquer du jiu-jitsu brésilien, du judo et de la self-défense. Jean-Marc Frignati est l'enseignant (il fait aussi du coach privé). Les tarifs sont abordables avec différentes formules dont une qui n'a échappé à personne (celle de l'accès illimité à la salle 7 jours sur 7 de 8 heures à 21 heures). Ouvert en juin dernier, ce lieu unique à Agen - et en Lot-et-Garonne - a déjà attiré 140 licenciés. Et les résultats sont au rendez-vous.

Renseignements : 06 09 33 76 86 06 18 47 13 87 ikigaiacademie47@gmail.com

recyclage

Les mauvais gestes ont eu raison du container

Le container qui distribuait des bons d'achat en échange de bouteilles en plastique a été définitivement retiré du parking d'Intermarché en raison des trop nombreuses incivilités des clients.

Le principe était simple : pour une bouteille déposée, le client gagnait 2 centimes d'euros sous forme de bons d'achat. Une façon d'encourager le public à recycler les nombreuses bouteilles et autres flacons en plastique qui s'accumulent dans leurs poubelles. Ce container, appelé « kiosque réco », est une

initiative de Réco France, du groupe Suez. De nombreux kiosques comme celui qui avait été installé à Agen sont implantés aux quatre coins de l'hexagone. Si bien qu'en 2018, 90 millions de bouteilles ont été collectées selon les chiffres de Réco France. Cela représente plus de 2 800 tonnes de plastiques qui connaîtront une deuxième vie. Un chiffre plus qu'encourageant quand on sait qu'en France, seulement une bouteille sur deux est recyclée...

Incivilité VS écologie

Seulement à Agen, le cycle vertueux de la revalorisation s'est enrayé. La raison ? Des clients croyant pouvoir tromper le système en jetant toutes sortes de déchets. « On a retrouvé de tout là-dedans », assure-t-on au sein de l'équipe du magasin Intermarché d'Agen. De tout, et même... un chat ! « C'est incompréhensible, les gens sont vraiment inhumains, je ne comprends pas comment on peut faire ce genre de chose ? »

« C'est incompréhensible, les gens sont vraiment inhumains, je ne comprends pas comment on peut faire ce genre de chose ? »

« C'est incompréhensible, les gens sont vraiment inhumains, je ne comprends pas comment on peut faire ce genre de chose ? »

« C'est incompréhensible, les gens sont vraiment inhumains, je ne comprends pas comment on peut faire ce genre de chose ? »

Réco France le dit d'ailleurs bien volontiers, il a regardé du côté de la Scandinavie pour développer ses kiosques. En France, les kiosques sont placés sous la responsabilité des magasins qui les accueillent, ce sont eux qui financent les bons d'achat, bons d'achat uniquement utilisables chez eux. Pour le directeur du Intermarché d'Agen, c'est décidé, il n'y aura plus de kiosque de recyclage des bouteilles en plastique...

Anne-Laure de Chalup



Bouteilles d'eau, de lait, d'huile ou de shampoing étaient acceptées dans les kiosques. / Photo Réco France DR