

LOCALE

Une championne de judo coache les filles et... leurs mamans

 2 min

Le tatami de Cahors vibre d'une énergie peu ordinaire ce samedi après-midi. Dans le dojo, les rires des jeunes se mêlent à ceux des parents. Mini-poussines, poussines, benjamines et minimes partagent un moment rare : une séance d'entraînement entre mère et fille, guidée par la championne Fanny-Estelle Posvite (catégorie - 78 kg). Aujourd'hui, l'heure est à la découverte, au partage mais aussi un peu... à l'effort.

Médaillée de bronze au championnat d'Europe

Celle qui a obtenu la médaille de bronze au dernier championnat d'Europe guide les filles. Pour leur entraînement sans leurs mamans, place à l'apprentissage du ippon. « Le but, ça va être d'aligner les pieds à ceux de votre partenaire », attaque-t-elle. La consigne est simple et les jeunes filles l'appliquent avec sérieux. Très vite, les corps s'échauffent et les joues rougissent. « Pour la chute, il faut venir en rotation. On tire bien la manche et on regarde derrière », reprend Fanny-Estelle Posvite. Les chutes résonnent sur le tatami, d'abord timides puis plus assurées.

Au bord du tatami, au début de l'entraînement, le président du comité du Lot de judo, Patrice Sans, observe avec attention. « Cet événement s'inscrit dans le cadre des journées féminines financées par le comité départemental olympique et sportif du Lot (CDOS) », explique-t-il, grand sourire aux lèvres. Le choix de Fanny-Estelle Posvite n'est pas apparu comme une évidence mais aujourd'hui, il l'assure, elle était le profil parfait.

« Pour les enfants, c'est extraordinaire de rencontrer une championne »

« Dans le judo féminin, les places sont très chères. Pour les enfants, c'est extraordinaire de rencontrer une championne. Elle passe très bien, elle a un discours très positif, à l'image de notre discipline », soutient-il. Et cela se constate : « Les enfants ont des étoiles plein les yeux. »

La séance monte en intensité : après une brève formation, les mamans rejoignent le tatami. Fanny-Estelle Posvite, elle, sourit et « se réjouit d'être ici ». « Il faut répéter au moins mille fois avant d'y arriver », souligne la championne, donnant un élan de motivation aux jeunes judokates. Les mères de famille rejoignent leurs filles : aujourd'hui, elles aussi vont découvrir le judo. Fanny-Estelle Posvite, dans un éclat de rire, motive : « Vous allez faire transpirer vos mamans. »

Juliette Rigaud

Le judo féminin s'invite à Cahors pour une séance mère-fille inédite. Sous l'œil attentif de la championne Fanny-Estelle Posvite, les jeunes judokates découvrent l'effort, le partage et la fierté d'un sport exigeant.

