



GOUREN
m a g a z i n e

N°26 - Novembre 2017

Un bel été de tournois et d'échanges



Annoncez, informez, participez à la rédaction du Gouren magazine en envoyant vos articles et photos à :
Fédération de Gouren — Gouren Magazine — Saint Ernel — 29800 LANDERNEAU
ou federation@gouren.bzh



T-shirts
«A L'Aise Breizh»

4 coloris
7 €

Livre
« Gouren, lutte
et défi d'un
sport breton »

20 €



Débardeurs
femme 8 €
homme 7 €



Pour commander, contactez la fédération au :
02 98 85 40 48

consultez la boutique en intégralité :
www.gouren.bzh

Un bon de commande est également disponible dans votre skol.



Sommaire

Championnats	4
Trophées Triskell et Pierre Philippe	6
Été 2017	7
Le tournoi du Festival Interceltique de Lorient	11
Échanges internationaux	12
Technique de champion	17
Réflexions sur le Gouren pour l'enfant et l'adolescence	18
Les rencontres Poussins	19
Gouren au collège Sainte-Marie de Sarzeau	20
Gouren au baccalauréat	21
Rencontre avec Skol Pleiber	22
Divers	23
Jeux	24

Le Gouren magazine, c'est vous !

L'actualité du Gouren est riche de rencontres, de succès et d'échanges. Les pages de ce numéro en témoignent...
... mais le Gouren Magazine n'est rien sans vous.

Alors participez à la vie de votre magazine : faites-nous parvenir vos articles, brèves, infos, photos, dessins, idées, etc ...

federation@gouren.bzh

Et parce que l'actualité du Gouren c'est aussi sur le net, transmettez vos contributions au site web de notre fédération :

www.gouren.bzh

et échangez sur les réseaux sociaux :

Facebook : FederationDeGouren

Twitter : @FedeGouren

*Un grand merci à toutes celles et ceux
qui ont contribué à l'édition de ce numéro !*

**Le Gouren Magazine est une publication
de la Commission Communication
de la Fédération de Gouren.**

Responsable de publication :
Christian Pélé

Ont collaboré à ce numéro :

Gérald Brunou, Pauline Sellin, Maiwenn Salomon,
Maël Kerdraon et ses élèves, Gurvan Salaün, Ewen Salaün,
Hervé Caron, Thomas Kérébel, Frédérique Menesguen,
Benoit Foll, Morgan Lamy, Kévin Jérôme, Jean-Paul Menou,
Erwan Evenou, Bernard Lamy, Aziliz Rolland, Michaël Boisson,
Véronique Raison, Georges Glorennec, Claire Lafosse

Maquette : Frédéric Chaney

Mise en page : Morgan Lamy

Photos : Droits réservés, sauf mention contraire

Impression : Online Printers. ISSN 1966-9186

Novembre 2017

L'Édito

du Président

Christian Pélé

et des vice-présidents

Jean-Marie Auffret et Gérald Brunou



Lorsque vous lirez ce nouveau numéro de GOUREN Magazine cela fera 1 an que le nouveau comité directeur de la Fédération de GOUREN aura pris ses fonctions.

Cette nouvelle équipe, forte de nouveaux membres, s'est réunie à 7 reprises durant l'année écoulée et s'est efforcée de mettre en place de nouveaux projets et à assurer la continuité de ceux entamés précédemment. En effet, de nouvelles missions ont été données à la Commission de Communication visant à augmenter la visibilité de notre sport et en particulier envers un public de non-initiés. A l'intérieur de cette même commission, nous avons créé un groupe dédié à la recherche de sponsors. Celui-ci a notamment été utilisé afin de trouver des partenaires pour le financement de la participation des équipes de Bretagne au championnat d'Europe en Autriche en avril 2017. Une commission des finances a également été créée. Nous profitons de ces quelques lignes pour remercier chaleureusement tous les élus et bénévoles pour leur disponibilité et le travail fourni.

Mais à l'heure de faire le bilan de cette saison sportive écoulée, force est de constater que la situation actuelle de notre Fédération est préoccupante. En effet, la pérennité de celle-ci à moyen ou long terme est compromise et les raisons sont clairement identifiées depuis plusieurs années : faiblesse financière, faiblesse de nos effectifs en termes de licenciés, de bénévoles et de compétiteurs, manque de visibilité et de reconnaissance. Lors de l'Assemblée Générale 2017 de la Fédération, nous souhaitons faire prendre conscience de cette situation aux dirigeants de skol et aux pratiquants. Cette journée sera pour nous l'occasion de débattre tous ensemble, au travers des différents thèmes abordés, de l'avenir du GOUREN. En effet, les solutions pour permettre à la Fédération de Gouren de perdurer existent pour certaines mais restent à trouver pour d'autres ! Il est important que cette réflexion soit collective car nous sommes toutes et tous concernés.

Il est temps d'agir et de mener ensemble des projets innovants et mobilisateurs en tenant compte des réalités d'aujourd'hui.

À notre Fédération de s'adapter, la tâche est grande mais l'objectif en vaut la peine : « donner au GOUREN la dimension sportive et culturelle qu'il mérite ».

Soyons confiants et osons, notre si beau sport plus que millénaire a surmonté bien d'autres crises, son avenir est entre nos mains et dans celles de la jeunesse.

Réagissons !!!!

Bevet ar Gouren ha bevet Breizh

Championnat du Finistère 2017 à Gouesnou le 7 mai

Jeunes Filles

-40kg : Léane AUFFREDOU (Mein Zao)
 -45kg : Alice LEBRICON (Kemper)
 -50kg : Agafia BADAU (Brest)
 -56kg : Maïwenn BODENANT (Brest)
 -62kg : Cellia LE GUENNEC (Plouarzel)

Benjamins

-33kg : Maxim CALONE (Brest)
 -37kg : Louis CORBEL (Kemper)
 -41kg : Paul LE PERSON (Mein Zao)
 -46kg : Youenn MOAL (Bugale Menez Are)
 -52kg : Evan COUM (Plouarzel)
 +52kg : Paul GUEDE (Kemper)

Minimes

-40kg : Martin GUIHOT (Pleiber)
 -50kg : Noé LETEURE-CORTELLA (Loar)
 -62kg : Gurvan LE MEUR-ROUX (Kore)
 -68kg : Clovis GIRAULT (Kemper)
 +68kg : Ewann PUARAI (Mein Zao)

Féminines

-52kg : Virginie KERJEAN (Gwipavaz)
 -57kg : Aziliz ROLLAND (Ar Faou)
 -63kg : Joëlle LE BLOAS (Speied)
 +70kg : Régine PLUSQUELLEC (Speied)

Cadets

-57kg : Valentin QUILLIEN (Ar Faou)
 -64kg : Paul WALCZAK (Plouzane)
 -74kg : Clément MARTIN (Kemper)
 +74kg : Efflamm BODENANT (Brest)

Juniors

-70kg : Helouri COAIL (Plouzane)

Seniors

-68kg : Thomas KEREBEL (Plouzane)
 -74kg : Martin MAUSSION (Kerhor)
 -81kg : Julien RAULT (Plouzane)
 +90kg : Matthieu LOLLIER (Plouarzel)



Championnat de Bretagne Est 2017 à Saint Briec le 7 mai

Jeunes Filles

-45kg : Maëleann LE DORTZ (Pondi)
 -50kg : Loeiza BERNARD (Bro Gwened)
 -56kg : Eileen CAREL (Pondi)
 -62kg : Sloann GEORGET (Senolf)

Benjamins

-33kg : Benjamin FAUCHET (Senolf)
 -37kg : Raphaël CORVELER (Trigavou)
 -41kg : Justin LAHOGUE (Bro Gwened)
 -46kg : Mariusz QUERARD (Monterfil)
 -52kg : Arthur LEMONNIER (Mont-Dol)
 +52kg : Brieg LABAT-L'HELIAS (Louergad)

Minimes

-45kg : Iunan ANDRE (Pondi)
 -50kg : Quentin CORVELER (Trigavou)
 -56kg : Pol PAQUET (Bro Gwened)
 -62kg : Sean FONSALE (Bro Gwened)
 -68kg : Julien BIDARD (Trigavou)

Féminines

-57kg : Maëlle NOUVEL (Trigavou)
 -63kg : Morgane PHILIPPE (Rostren)
 -70kg : Anaëlle LE PIOLET (Louergad)

Cadets

-57kg : Envel COJEAN (Matignon)
 -64kg : Zan MICHAT (Louergad)
 -74kg : Félix LE LAY (Louergad)

Juniors

+80kg : Anthony RIALLIN (Senolf)

Seniors

-68kg : Mikael DURAND (Bourbriag)
 -74kg : Matthieu AUDRAIN (Pluneret)
 -81kg : Yann LE GOFF (Pluneret)
 -90kg : Mériadec BERTIN (Sant Brieg)
 +90kg : Florian LE RESTE (Ar Faoued)



Championnat de Bretagne 2017 à Pontivy le 21 mai

Jeunes Filles

- 45kg : Maëlenn LE DORTZ (Pondi)
- 50kg : Flavie FERNANDES (Senolf)
- 56kg : Eileen CAREL (Pondi)
- 62kg : Syriane JACQ (Kemper)

Benjamins

- 33kg : Maxim CALONE (Brest)
- 37kg : Florian GUERIN (Monterfil)
- 41kg : Paul LE PERSON (Mein Zao)
- 46kg : Youenn MOAL (Bugale Menez Are)
- 52kg : Arthur LEMONNIER (Mont-Dol)
- +52kg : Paul GUEDE (Kemper)

Minimes

- 40kg : Corentin FROGER (Monterfil)
- 45kg : Iunan ANDRE (Pondi)
- 50kg : Quentin CORVELER (Trigavou)
- 56kg : Kirill DEVELLE (Saint Senoux)
- 62kg : Gurvan LE MEUR-ROUX (Kore)
- 68kg : Clovis GIRAULT (Kemper)
- +68kg : Owen GUENNOU (Plouzane)

Féminines

- 52kg : Virginie KERJEAN (Gwipavaz)
- 57kg : Maëlle NOUVEL (Trigavou)
- 63kg : Joëlle LE BLOAS (Speied)
- 70kg : Anaëlle LE PIOLET (Louergad)
- +70kg : Régine PLUSQUELLEC (Speied)

Cadets

- 57kg : Valentin QUILLIEN (Ar Faou)
- 64kg : Aymeric LECHEVALIER (Monterfil)
- 74kg : Félix LE LAY (Louergad)
- +74kg : Efflamm BODENANT (Brest)

Juniors

- 70kg : Helouri COAIL (Plouzane)
- +80kg : Anthony RIALLIN (Senolf)

Seniors

- 68kg : Thomas KEREBEL (Plouzane)
- 74kg : Martin MAUSSION (Kerhor)
- 81kg : Mathieu LE DOUR (Ar Faoued)
- 90kg : Mériadec BERTIN (Sant Brieg)
- +90kg : Florian LE RESTE (Ar Faoued)



CHAMPIONNAT DE BRETAGNE 2017

Trophée Pierre Philippe 2017

Le trophée Pierre Philippe (ou Championnat de Bretagne par points) est un classement établi sur les principaux tournois d'été. Il ne concerne que les hommes juniors et seniors. Cet été, neuf tournois étaient pris en compte.

-68kg : Thomas Kérébel

Cinquième victoire de suite pour Thomas Kérébel (Plouzane) au trophée Pierre Philippe dans la catégorie des -68kg. A son tableau de chasse cette année, la victoire des mod kozh -70kg à Monterfil et Quimper, ainsi que la Saint Loup en -68kg.

-74kg : Gwendal Evenou

Belle saison d'été et beau retour aux affaires pour Gwendal Evenou (Ar Faoued) qui, après avoir gagné le Pierre Philippe en -81kg en 2015 et fait un break en 2016 et 2017, remporte cette année la catégorie des -74kg. A son palmarès 2017 deux belles victoires au Faouët (mod kozh +70kg) et à Belle-Isle-en-Terre (-74kg), mais aussi de belles prestations à Monterfil et à la Saint Kadou.

-81kg & -90kg : Mathieu Le Dour

Comme en 2011, 2012, 2013 et 2015, Mathieu Le Dour (Ar Faoued) termine cette année en tête de deux catégories, -81 et -90kg. Il a remporté pour cela Belle-Isle-en-Terre en -81kg, la Saint Loup en -90kg et les tournois mod kozh +70kg de Quimper et de Lorient.

+90kg : Yann Pansard

Pas de victoire de tournois Pierre Philippe pour Yann Pansard (Bro Kemperle) mais une participation à pratiquement chacun d'entre-eux, ce qui lui a permis de grappiller quelques points à chaque fois. Au final, Yann Pansard remporte tout de même le Pierre Philippe des +90kg pour la 6^{ème} fois.



Les vainqueurs du Pierre Philippe 2017

Thomas Kérébel (-68kg), Gwendal Evenou (-74kg), Mathieu Le Dour (-81kg et -90kg), Yann Pansard (+90kg)

Trophée Triskell 2017

Le trophée Triskell est destiné aux féminines des catégories cadettes, juniors et seniors. Les lutteuses marquent des points lors de chaque compétition officielle. Pour le classement 2017, seize rencontres étaient prises en compte.

-52kg : Léa Quillien

Belle performance que cette victoire du trophée Triskell pour la jeune cadette Léa Quillien (Ar Faou). Elle a montré tout au long de la saison un bel engagement dans les combats et une belle progression. Elle termine devant la favorite de la catégorie, Virginie Kerjean (Gwipavaz), mais a profité du changement de catégorie de son aînée à la fin de saison d'été.

-57kg : Maëlle Nouvel

Pas trop de soucis pour Maëlle Nouvel (Pleslin-Trigavou) dans la catégorie des -57kg. Vainqueur du challenge de Bretagne individuel, des Internationaux de Bretagne de Back Hold, championne de Bretagne Est, championne de Bretagne, vainqueur à Larret et à Belle-Isle-en-Terre, mais aussi championne d'Europe, Maëlle Nouvel a vécu une belle saison.

-63kg : Joëlle Le Bloas

Même constat en -63kg pour Joëlle Le Bloas (Speied). Elle a dominé sa catégorie tout au long de la saison et distance sa poursuivante, Morgane Philippe (Rostren), de 10 points.

-70kg : Anaëlle Le Piolet

Anaëlle Le Piolet (Louergad) a été régulière durant la saison d'hiver et a su grappiller quelques points durant l'été pour s'assurer de la 1^{ère} place.

+70kg : Régine Plusquellec

Durant l'été, Tiphaine Le Gall (Ar Faoued) a remporté plus de tournois que sa rivale Régine Plusquellec (Speied) : Plouzané, Quimper, Saint Kadou et Lorient pour Tiphaine, Le Faouët, La Forest-Fouesnant pour Régine. Mais comme elle avait disputé la saison d'hiver dans la catégorie de poids inférieure, elle est au final devancée de 12 points par la Spézetoise.



Les vainqueurs du Triskell 2017

Léa Quillien (-52kg), Maëlle Nouvel (-57kg), Joëlle Le Bloas (-63kg), Anaëlle Le Piolet (-70kg), Régine Plusquellec (+70kg)

Neuf tournois labellisés Pierre Philippe, dix tournois Triskell, des démonstrations, des initiations, ... : l'été est très riche en Gouren. Peut-être trop riche même par rapport au nombre de nos compétiteurs. En effet, même si la participation de nos sportifs a permis d'assurer le « spectacle » pour les organisateurs et spectateurs, elle a été, pour de nombreux tournois, trop faible pour présenter un intérêt sportif. Ces tournois d'été sont pourtant un bon moyen pour les débutants de se lancer dans le grand bain de la compétition ; la sciure est souple, l'ambiance est bonne. Ils permettent également aux plus jeunes de venir défier leurs aînés et d'apprendre d'eux. Heureusement que l'on peut compter sur des amoureux des tournois d'été qui ont participé à quasiment tous les tournois proposés cette année. Parmi eux nous pouvons citer Tiphaine Le Gall (8 tournois Triskell), Mathieu Le Dour (7 tournois Pierre Philippe), Yann Pansard (7), Gwendal Evenou (6).

Tournoi de Larret (Porspoder) - 11 juin

Les jeunes lutteuses du Faou Léa Quillien et Aziliz Rolland, inscrites en -60kg, n'ont pas fait le poids face aux deux sœurs plus expérimentées Maëlle Nouvel (Pleslin-Trigavou) et Nolwenn Calvez (Plouarzel). En finale, c'est la plus jeune des deux, **Maëlle Nouvel**, qui prend le dessus.

Chez les féminines +60kg, la finale voit aux prises **Joëlle Le Bloas** (Speied) et Tiphaine Le Gall (Ar Faoued). La Spézetoise remporte le combat. Anaëlle Le Piolet (Louergad) se classe 3^{ème}.

Du côté des hommes -70kg, la finale a été très serrée et de toute beauté. **Helouri Coail** (Plouzane), encore junior, se joue de Ludovic Lagadec (Pleiber).

En finale des +70kg, Mathieu Lollier (Plouarzel) tient longtemps tête à **Martin Maussion** (Kerhor) mais s'incline finalement.



Martin Maussion vainqueur des +70kg

Tournoi du Dellec (Plouzané) - 17 juin

Cinq lutteuses se sont affrontées en -60kg, dont les trois sœurs Nouvel. Maëlle perd à son 3^{ème} combat contre Frédérique (Menesguen) qui s'inclinera à son tour contre **Nolwenn (Calvez)**. Nolwenn s'offre ainsi la victoire de la catégorie.

En +60kg, Anaëlle Le Piolet de Louargat remporte le premier combat face à Morgane Philippe de Rostrenen. Elle sera opposée ensuite à **Tiphaine Le Gall** du Faouët qui gagnera dans cette catégorie.

Chez les hommes +70kg, **Ludovic Lagadec** a eu fort à faire face aux Plouzanéens. Il a éliminé tour à tour Goulven Tassel et Romain Davy par koston, avant de remporter le 3^{ème} combat significatif de victoire contre Thomas Kérébel par kouezh. Helouri Coail, vainqueur la semaine précédente à Larret n'a pas pu lutter.

En +70kg, Léo Durand-Millour, Yann Pansard, Mathieu Lollier, Yann Le Goff gagnent chacun un combat. Le tournoi prend de l'intensité grâce aux victoires de Gwenhaël Cissé contre Yann Le Goff et Gérard Brunou. Il est stoppé sur sa lancée par Martin Maussion, qui gagnera également face à Mathieu Rivallain, avant de perdre face à **Julien Rault**. Grâce à cette victoire par kein, le Plouzanéen remporte le tournoi étant le dernier lutteur en lice.



Les cinq -60kg du tournoi du Dellec

La Gallésie en fête (Monterfil) - 24 juin

En +70kg, trois lutteurs ont disputé trois combats et auraient pu remporter le tournoi. Après avoir lancé le tournoi et battu Jean-Marie Auffret (Ar Faoued), Jérôme Poilpot (Sant Brieg) est stoppé par Jérémy Gicquel (Pluneret) qui bat également Jonathan Guérin (Pleslin-Trigavou) mais voit la victoire du tournoi s'envoler en perdant contre Gwendal Evenou (Ar Faoued). Gwendal remporte également le combat suivant contre Maximilien Jobic (Monterfil) mais perd son combat final contre Meriadec Bertin (Sant Brieg). C'est le moment choisi par **Mathieu Rivalain** (Ar Faoued) pour se lever et enchaîner trois victoires, contre Meriadec Bertin, Yann Le Goff (Plunered) et Yann Pansard (Bro Kemperle).

Les vainqueurs des autres tournois sont **Trifin Coic-Loquen** (Louergad) chez les féminines et **Thomas Kérébel** (Plouzane) chez les hommes -70kg.

Sam Poupon (Le Faouët) - 1^{er} juillet

Chez les féminines, le premier combat voit s'opposer Tiphaine Le Gall (Ar Faoued) et Joëlle Le Bloas (Speied). La lutteuse du club organisateur remporte le combat mais perd le suivant face à **Régine Plusquellec** (Speied). Régine remportera ensuite le tournoi en marquant un magnifique lamm sur briad a-drenv à sa camarade de club Angèle Broustal.

Martin Maussion (Kerhor) remporte le tournoi des hommes -70kg en battant Mathieu Audrain (Pluneret) et Ludovic Lagadec (Pleiber).

Douze lutteurs, dont cinq du Faouët, étaient inscrits pour le tournoi des +70kg ce qui promettait un beau tournoi. Finalement il a été de courte durée puisque seulement cinq combats se sont disputés. Le trésorier du club, Jean-Marie Auffret, ouvre le tournoi et bat Jérémy Gicquel (Pluneret). Il sera battu à son tour par Gérard Brunou (Brest) qui ne réussit pas ensuite à se débarrasser de **Gwendal Evenou** (Ar Faoued). Gwendal remporte le tournoi en



Gwendal Evenou vainqueur des +70kg au Faouët

battant Yann Le Goff (Pluneret) et Tudy Le Meur (Kemper), laissant sur le banc Florian Le Reste, Mathieu Rivalain, Mathieu Le Dour, Ewen Salaün, Yann Pansard et Mathieu Lollier.

Belle-Isle-en-Terre - 17 juillet

Le tournoi de Belle-Isle-en-Terre n'est pas un tournoi mod kozh comme beaucoup durant l'été mais un tournoi par appariement avec repêchage.

En -60kg, Maiwenn Salomon (Louergad) élimine les deux jeunes faouistes Aziliz Rolland et Léa Quillien pour atteindre la finale. De son côté, Maëlle Nouvel est exempte au 1er tour et remporte son combat contre Madenn Coatanlem (Louergad). **Maëlle Nouvel** remporte la finale.

Tiphaine Le Gall (Ar Faoued), en +60kg, après avoir battu Audrey Dumont (Sant Ethurien) et Joëlle Le Bloas (Speied) se retrouve en finale contre Régine Plusquellec (Speied). Régine est de son côté exempte au 1er tour et bat au second Trifin Coic-Loquen (Louergad). Cette finale tourne à l'avantage de la Morbihannaise.

Chez les hommes, Mikael Durand (Boulvriag) remporte la catégorie des -68kg en battant Ewen Rolland (Ar Faou). En -74kg, Gwendal Evenou remporte le tournoi en battant en finale Géraud Brunou (Brest). Ludovic Lagadec (Pleiber) et Jonathan Guérin (Pleslin-Trigavou) se classent respectivement 3ème et 4ème. Dans la catégorie des -90kg, deux lutteurs de Saint Brieuc et deux lutteurs du Faouët se sont affrontés. Mériadec Bertin (Sant Brieg) se défait de Mathieu Rivalain (Ar Faoued) et rencontre **Mathieu Le Dour** (Ar Faoued) vainqueur au 1er tour de Jérôme Poilpot (Sant Brieg). Dans cette finale ultra-classique, l'avantage ira au Faouëtais.

Le « Toutes Catégories Féminines » aboutit à une finale maintes fois disputée, mais toujours très serrée, entre **Tiphaine Le Gall** et Régine Plusquellec. Pour la deuxième fois de la journée, c'est Tiphaine qui gagne.



Mathieu Le Dour remporte le maout du Toutes Catégories

Chez les hommes, Mériadec Bertin et **Mathieu Le Dour** se rencontrent à nouveau en finale et c'est le Faouëtais qui remporte le maout.

Cornouaille (Quimper) - 23 juillet

Ce tournoi du Festival de Cornouaille, absent en 2016 du trophée Pierre Philippe, y a fait son retour cette année. Le gouren proposé a été de grande qualité avec des combats engagés mais plaisants qui nous ont permis de voir de belles prises, et notamment trois lamm, dont deux pour le seul Mathieu Le Dour.

Tiphaine Le Gall remporte le tournoi des féminines face à la Quimpéroise Marie Rospars.

Chez les hommes -70kg, **Thomas Kérébel** remporte le tournoi en gagnant face au jeune Clément Martin et face à Ludovic Lagadec après un combat très disputé, notamment au niveau de la bataille de garde.

Chez les hommes +70kg, le premier combat voit s'affronter Jean-Marie Auffret (Ar Faoued) et Dominique Barrère. Le Quimpérois s'impose de peu. Il affronte ensuite Yann Pansard (Bro Kemperle) qui gagne par kostin et est battu par Gwendal Evenou (Ar Faoued), par kostin également. C'est alors Bertrand Le Hellaye (Kemper) qui se lève et l'emporte par kein avant de trouver sur son chemin Mathieu Le Dour, lequel sort victorieux du combat avec un kostin, avant de rencontrer Tudy Le Meur. Tous les lutteurs ont pu lutter et c'est finalement **Mathieu Le Dour** qui l'emporte.



Mathieu Le Dour et Tudy Le Meur aux prises à Quimper

Dans le tournoi Toutes Catégories, la victoire aurait pu aller à Tudy Le Meur, vainqueur de Ludovic Lagadec et de Gwendal Evenou, mais il a été stoppé magnifiquement par **Mathieu Le Dour** (victoire par lamm). Bertrand Le Hellaye et Yann Pansard ne réussissent pas à éliminer Mathieu qui remporte le tournoi.

Saint Kadou (Gouesnac'h) - 6 août

Morgane Philippe (Rostren) ouvre le tournoi des féminines -65kg. Elle est défiée par Trifin Coic-Loquen (Louergad). Morgane remporte le combat par kein puis rencontre Maëlle Nouvel (Pleslin-Trigavou) qui gagne par kostin. **Virginie Kerjean** (Gwipavaz) se lève et remporte le tournoi au Diviz.

Après avoir éliminé Marie Ropars (Kemper) et Pauline Sellin (Mein Zao) dans la catégorie des +65kg, Régine Plusquellec (Speied) est stoppée par **Tiphaine Le Gall** (Ar Faoued). Tiphaine gagne ensuite contre Anaëlle Le Piolet (Louergad) et remporte ainsi le tournoi.

Petite catégorie en Hommes -70kg mais retour gagnant pour **Gurvan Salaün** (Brest) qui remporte le combat final contre Helouri Coail (Plouzane). Helouri avait auparavant gagné contre Frédéric Chaney (Mein Zao).



Chose peu commune en +70kg, c'est un Écossais qui ouvre le tournoi. En effet Paul Craig, lutteur de Back Hold, s'est organisé un petit séjour en Bretagne pour notamment participer à quelques-uns de nos tournois estivaux (voir p12). Il remporte ce 1^{er} combat contre Paul Urvoy (Brest) mais perd le second par lamm contre Gwendal Evenou (Ar Faoued). Gwendal remporte le combat suivant contre Yann Le Goff mais perd contre un puissant lutteur de la FFL, Sahbi Ismail, venu s'essayer au Gouren. Ce dernier commet trop de faute au combat suivant, qu'il perd par poent, pour aller plus loin. C'est donc son adversaire Nicolas Cloteaux (Ar Faoued) qui continue et gagne contre Yann Pansard (Bro Kemperle). De peur de voir filer le maout, Tudy Le Meur, vainqueur de l'édition précédente, se lève et réussit à stopper le Faouëtais. Il ne passe toutefois pas le deuxième Faouëtais qui se trouve sur sa route, **Vincent Brigant**, et perd par diviz. Vincent remporte ensuite son second combat par lamm contre Gwenhaël Cissé (Plouzané) et le troisième par diviz contre Gérald Brunou. Il restait 3 lutteurs sur le bord de la lice (Florian Le Reste, Mathieu Le Dour, Erwan Puillandre).



Vincent Brigant, vainqueur des +70kg à la Sant Kadou

Festival Interceltique de Lorient - 12 août

Le Festival Interceltique de Lorient accueille depuis de nombreuses années un tournoi de gouren, mais cette année, le tournoi est pour la 1^{ère} fois également « interceltique ». En effet, les organisateurs ont invité des Corniques et Écossais à y participer.

Ainsi, nos amis corniques Ben Witten et Richard Cawley, habitués des rencontres internationales, ont fait le déplacement avec trois jeunes lutteurs, Douglas Allen et les deux Hannaford. L'Écossais Paul Craig, qui avait participé le week-end précédent au tournoi de Saint Kadou, est également présent. Un lutteur et une lutteuse toulousains de grappling, Rim et Thibault Audrain, ayant des attaches familiales dans la région, participent également au tournoi.

Le tournoi des féminines -60kg est lancé par Maiwenn Salomon (Louergad) tout de suite battue par **Virginie Kerjean** (Gwipavaz) qui se défait ensuite de Rim Audrain (Toulouse) par Lamm.

En +60kg, **Tiphaine Le Gall** (Ar Faoued) qui se lève dès le 1^{er} combat sur Morgane Philippe (Rostren) enchaîne trois combats synonymes de victoire. Elle est vainqueur de Morgane Philippe par kostin, Régine Plusquellec (Speied) par kouezh et Pauline Sellin (Mein Zao) par diviz.

Chez les hommes -70kg, Goulven Tassel (Plouzane) débute sur les chapeaux de roues en remportant ses deux premiers combats par Lamm face aux deux jeunes corniques. Malheureusement pour lui, il perd ensuite son troisième combat par kostin face à son camarade de club Helouri Coail. Le dernier combat opposant **Helouri Coail** à Thomas Kérébel également de Plouzané va jusqu'au diviz qui est en faveur de Helouri.

Thibault Audrain lance le tournoi des +70kg et gagne par diviz contre le cornique Douglas Allen. Il perdra ensuite face à l'Écossais Paul Craig par Kein. Gwenhaël Cissé remporte ensuite deux combats, contre Paul Craig tout d'abord par kostin, et contre Richard Cawley (Cornouailles), de quoi inquiéter le favori de la catégorie, **Mathieu Le Dour** (Ar Faoued) qui décide alors de se lancer dans la bataille. Mathieu se défait rapidement de Gwenhaël Cissé avec un lamm au bout de 1min30, puis gagne contre le cornique de 115kg Ben Witten par kostin, et enfin remporte le tournoi en gagnant face à Yann Pansard par kostin.

Le tournoi phare de la journée est le toutes catégories femmes. Ce tournoi est doté du maout, et c'est Régine Plusquellec qui fait le tour de la lice avec ce trophée sur les épaules. Le tournoi est lancé par Rim Audrain qui perd par kein contre Maiwenn Salomon. Maiwenn gagne également face à Morgane Philippe, par kostin, mais perd contre **Régine Plusquellec** (kostin). Régine gagne ensuite par diviz contre Virginie Kerjean. Les deux candidates



Régine Plusquellec remporte son 2^{ème} maout à Lorient

encore sur le banc décident alors de stopper Régine, et c'est Pauline Sellin qui sort vainqueur du tirage au sort. Malheureusement pour elle, et pour Tiphaine Le Gall qui n'a pas pu lutter, Régine remporte ce dernier combat.

Les vainqueurs des autres tournois sont Paul Craig (débutants +70kg) et Gwendal Evenou (Toutes catégories hommes)

Tournoi de la Saint Loup - 20 août

Petite participation à ce dernier tournoi de l'été, finale des trophées Triskell et Pierre Philippe. Il faut dire que les jeux étaient faits dans pratiquement toutes les catégories.

Les vainqueurs du jour sont **Léa Quillien** (-60kg / Ar Faoued), **Joëlle Le Bloas** (+60kg / Speied), Thomas Kérébel (-68kg / Plouzane), **Martin Maussion** (-74kg / Kerhor), **Mathieu Le Dour** (+81kg / Ar Faoued). En Back Hold, les gagnants sont **Trifin Coic-Loquen** (Louergad) et **Meriadec Bertin** (Sant Brieg).

Autres tournois

Au tournoi des Cériseurs à la Forêt-Fouesnant, les vainqueurs sont **Régine Plusquellec** (Speied) chez les femmes, **Thomas Kérébel** (Plouzane) chez les hommes -70kg et **Yann Pansard** (Bro Kemperle) en +70kg.

Aux Filets Bleus de Concarneau, **Vincent Brigant** (Ar Faoued) remporte son 2nd maout de la saison. **Clément Martin** (Kemper) et **Tiphaine Le Gall** (Ar Faoued) gagnent dans leur catégorie.

Festival Interceltique de Lorient : un tournoi international

Après des débuts à Saint-Nolff et un bref passage à Guérande, le tournoi Jo Le Pahun a pris ses quartiers il y a sept ans au Festival Interceltique de Lorient (FIL). Grâce à une organisation sérieuse, ce tournoi fournit une belle image du Gouren et profite de la notoriété du FIL pour être présent dans les médias. Dans un souci constant de développement, et pour coller au mieux à la philosophie d'ouverture du FIL, le tournoi Jo Le Pahun du Festival Interceltique de Lorient s'est récemment ouvert à l'international.

Le tournoi Jo Le Pahun a été créé en 2005 par Michaël Boisson, alors président de Skol Gouren Senolf, en hommage à son prédécesseur tragiquement décédé. La première édition s'est déroulée à Saint-Nolff et le maout a été remporté dans le tournoi féminin toutes catégories (une des particularités de ce tournoi) par Régine Le Bloas le 29 juillet 2005. L'année suivante, c'est Frédérique Nouvel qui ramène le maout chez elle. En 2009, le tournoi est décentralisé à l'occasion des Celtiques de Guérande et remporte un franc succès pour le plus grand plaisir de Frédérique Nouvel qui remporte à nouveau le maout.

C'est en 2010 que ce tournoi fait son entrée au sein du Festival Interceltique de Lorient grâce à une négociation avec Denis Le Mentec, responsable des jeux bretons au FIL. Séduit par le projet, le FIL signe en tacite reconduction. Cette même année le tournoi rejoint la catégorie Pierre Philippe. Le succès est immédiat et le public conquis ! Le 1^{er} maout au FIL sera remporté par Virginie Kerjean. Les lauréates suivantes sont Joëlle Le Bloas, Tiphaine Le Gall (x2), Régine Plusquellec (x2) et Virginie Bodilis.



Les Corniques en démonstration cette année

D'abord localisé à l'espace Paul Bert en plein cœur du festival, le tournoi voyage un peu, tout en conservant un emplacement stratégique. Un passage bref sur les quais « Bretagne » et depuis deux ans au « Breizh Stade » jouxtant le stade du Moustoir. A court terme, il prendra place en plein de cœur de la zone verte, ce qui lui garantira un emplacement de tout premier ordre pour le public.

Les relations avec l'organisation du FIL

Au fil des années, Michaël Boisson a noué une véritable amitié avec les responsables du Festival de Lorient, notamment avec Denis Le Mentec, aujourd'hui secrétaire général du FIL et son fils Yannick qui a pris la suite de la responsabilité des jeux bretons. Grâce à la réussite constante de l'organisation du tournoi, sa présence est désormais pérenne. Les contacts sont réguliers avec les hautes instances du FIL et le tournoi Jo Le Pahun du Festival Interceltique de Lorient ne cesse de prendre de l'ampleur. Nous travaillons depuis quelques années à lui faire prendre une dimension internationale et ce projet a toute l'adhésion et le soutien du FIL qui met à disposition tous les moyens pour y parvenir.

Des animations durant le festival

Depuis plusieurs années, des journées d'initiation au Gouren sont proposées, généralement lors de la seconde semaine du FIL, le mercredi pour les enfants et le vendredi pour les adultes. Ce fonctionnement historiquement géré par la FALSAB est repassé sous la coupe du CD 56 de Gouren depuis deux ans. Dès lors, les catégories sont mélangées et c'est le tout public qui est invité à prendre part aux initiations avec le renfort des lutteurs morbihannais. En 2017 ce ne sont pas deux journées d'animations mais trois qui ont été proposées grâce à la présence des lutteurs de Cornouailles. En 2018, les animations se dérouleront durant toute la semaine, du lundi au vendredi avec comme bouquet final la participation au tournoi interceltique. L'idée pour chaque délégation présente au FIL est de faire venir une équipe de lutteuses et de lutteurs qui pourra présenter son style de lutte au public et l'initier durant toute la semaine. En complément, les lutteurs étrangers seront encadrés par Michaël Boisson (BEES 1^{er} degré) durant toute la semaine afin de se préparer pour le tournoi du samedi. Un tournoi international de Back Hold pourrait naître en plein cœur de la semaine en cas de réussite de cette édition 2018.



Les participants à l'édition 2017 du tournoi du FIL

Tournoi international et optique sur 2018

Pour la première fois depuis sa création, ce tournoi est devenu interceltique avec la présence de lutteurs de Cornouailles et d'Ecosse. L'objectif pour 2018 est que chaque délégation soit représentée. Nous comptons sur la FILC pour trouver des volontaires mais nous ne nous fermons aucune porte pour la réussite de cet événement. La semaine des luttes traditionnelles devrait donc voir le jour en 2018 et garantir un tournoi interceltique mémorable.

Les acteurs de la réussite

Outre les personnes déjà citées, la bonne marche de cette animation repose sur les épaules des lutteuses et des lutteurs bénévoles du Morbihan, des membres de la fédération pour la table de compétition (on citera notamment Eliane Kerjean et André Bodolec) ainsi que des arbitres fédéraux qui viennent officier le samedi. Merci également à Skol Gouren Senolf qui permet la conduite des animations durant la semaine en fournissant l'animateur et le matériel pédagogique.

Rencontre avec la lutte suisse

Le club de lutte traditionnelle suisse de La Vue-des-Alpes (près de la frontière française) organisait les 10 et 11 juin un tournoi. Lors de chaque édition, les organisateurs essaient de présenter une nouvelle lutte du monde. Après la lutte sénégalaise, la lutte canarienne, etc. , ils souhaitaient cette année faire découvrir le gouren à leur public.

Récit de ce week-end suisse par Thomas Kérébel.

Ce week-end, à l'occasion des 99^{èmes} fêtes cantonales neuchâteloises Trifin, Yann et moi-même (Thomas) avons eu l'honneur d'être invités à montrer notre lutte et également à disputer leur tournoi de lutte à la culotte.

C'est très chaleureusement que nous avons été accueillis par des Suisses simples, généreux et ravis de nous recevoir. Rapidement nous avons découvert le site de la fête : « La Vue-des-Alpes » culminant à 1200m d'altitude et offrant une somptueuse vue sur l'ensemble de la chaîne des Alpes.



Trifin Coic-Loquen et Thomas Kérébel en démonstration

Samedi place à la lutte pour les jeunes, occasion pour nous d'en apprendre un peu plus sur la lutte suisse. Celle-ci se rapproche du ranggeln pratiqué en Autriche où le but est également de faire passer son adversaire sur les deux épaules en poursuivant le combat au sol. Nous avons également réalisé notre première démonstration... le serment en a ému plus d'un !

Dimanche, à nous (Yann et moi, les dames ne luttant pas ce jour-là) de porter la culotte, et la chemise Edelweiss, tenue traditionnelle du lutteur suisse !!

Les premières passes sont difficiles, surtout pour moi du haut de mes 68kg, face à des lutteurs de plus de 130kg !! Mais soutenus par de nombreux spectateurs nous arrachons nos premières victoires (deux pour Yann et une pour moi). Ici chaque lutteur repart avec un magnifique prix qu'il soit premier ou dernier (parmi ceux-ci : cloches, sculptures de bois, ardoises peintes, horloges, montres



Yann Pansard en action durant le tournoi de lutte suisse

suisse, fromage, vin, boîte à outils, et même des tronçonneuses), accompagné de l'adresse du donateur du prix auquel il faut écrire un mot de remerciement.

C'est donc les bras chargés de cadeaux, la tête de souvenirs, et le cœur d'émotions que nous concluons cette formidable expérience helvétique.

Paul Craig, un Écossais en Bretagne

L'été dernier, nous avons eu le plaisir de voir des lutteurs de divers horizons venir s'essayer au Gouren. Sahbi Ismail qui pratique la lutte libre à Meaux (région parisienne) est venu tenter sa chance lors du prestigieux tournoi de la Saint Kado. À Lorient, c'est un couple de toulousains, tous deux pratiquants de grappling (lutte au sol), qui a pu découvrir la lutte bretonne et goûter aux joies de la sciure de bois. Paul Craig a quant à lui eu l'opportunité de participer à plusieurs tournois durant les deux semaines qu'il a passées en Bretagne. Le jeune Écossais a accepté de répondre aux questions de Gouren Magazine.

Tu as participé plusieurs fois aux Internationaux de Back Hold qui ont lieu chaque année en Bretagne. De ce fait tu es connu par de nombreux lutteurs bretons mais pour ceux qui ne t'ont pas encore rencontré peux-tu te présenter en quelques mots ?

Je m'appelle Paul Craig. Je vis à Wemyss Bay, un petit village sur la côte ouest de l'Écosse. Je poursuis des études de psychologie à l'Université de Glasgow où j'ai récemment obtenu une licence (bachelor's degree en anglais) de psychologie. Parallèlement, je travaille à mi-temps comme agent de sécurité.

Quand et comment as-tu découvert le Back Hold ?

J'ai découvert le Back Hold et les luttes celtiques il y a environ cinq ans. Mon ami Hugh Ferns, ancien champion d'Europe (de Back Hold et de Gouren), m'a proposé de participer à une compétition. Je suis tout de suite tombé amoureux de ce sport. Aujourd'hui, je m'entraîne au club de lutte d'Hamilton.

Qu'est-ce qui t'a poussé à venir en Bretagne cet été ?

Je suis venu en Bretagne cette année pour m'entraîner au Gouren et participer aux compétitions. Je voulais aussi

travailler mon français et découvrir la culture et l'histoire locale. Je trouve que la Bretagne est un pays fascinant.



Paul Craig marquant un lamm à la Saint Loup

Alors?

Je trouve que le Gouren est un style de lutte très spécifique. J'ai pu voir des techniques que je n'avais jamais vues en Back Hold ou bien même dans des styles plus répandus comme le Judo, la Lutte gréco-romaine ou la Lutte libre. Une autre spécificité du Gouren est la manière dont se déroulent les compétitions en été. Lutter dans la sciure de bois était quelque chose de nouveau pour moi et je trouve que le fait de poser le trophée au centre de la lice pour que chaque lutteur puisse se lever et défier les autres est très cool et traditionnel à la fois.

Mais ce qui m'a le plus touché pendant mon voyage c'est la manière dont les gens d'ici m'ont reçu. Ils ont été si gentils à mon égard. Grâce à eux je me suis senti vraiment bien accueilli. J'en profite pour remercier toutes les personnes qui m'ont hébergé et qui m'ont fait découvrir la Bretagne et ses paysages magnifiques.

On peut donc espérer te revoir bientôt en Bretagne ?

Oui bien sûr! Je serai à Guingamp en février pour le championnat de Back Hold et j'espère aussi lutter à nouveau sur la sciure l'été prochain.

Stage international jeunes en Écosse

La Fédération de Gouren permet chaque été à 4 à 5 jeunes licenciés de participer à un stage de luttres traditionnelles en Écosse. Ce stage, organisé par la fédération écossaise, regroupe durant trois jours à Dundee, à l'Est d'Edimbourg, des jeunes lutteurs écossais, islandais et bretons. L'édition 2017 de ce stage, qui a eu lieu du 3 au 7 août, nous est racontée par la délégation bretonne : Léna, Enora, Michel, Envel, Eflamm et Frédérique.

Après un rendez-vous presque parfait à l'aéroport de Dinard, nous décollons pour Londres-Standed, aéroport low cost ... 1h15 de retard pour le décollage, c'est ainsi que nous ratons notre avion à destination d'Edimbourg. La chance nous a enfin souri le lendemain (après avoir passé une nuit à dormir sur le carrelage de l'aéroport très peu confortable) lorsqu'un agent de chez Ryan Air nous a dit que nous avions tous une place à bord d'un avion pour Edimbourg à 9h.



Les jeunes Bretons en Écosse

À notre arrivée, Frazer Hirsch (NDLR : le responsable écossais du stage que nous connaissons bien car il a participé de nombreuses fois aux Internationaux de Back Hold et au championnat d'Europe) nous attend pour nous emmener au camp où nous sommes chaleureusement accueillis par l'équipe écossaise et la délégation de lutteurs islandais.

Après un repas préparé par Frazer et sa famille, nous pratiquons la Glíma qui est la lutte traditionnelle islandaise. Pour pratiquer ce sport, une ceinture de cuir ressemblant à un harnais est nécessaire. Cette lutte est dansée, se pratique en rythme, et les règles sont différentes de celles du Gouren. Pour remporter le combat, la chute est nécessaire, mais il faut que les membres ou le dos touchent le sol. Une partie de notre délégation a apprécié cette approche surprenante et rythmique de la lutte, l'autre moins, en raison de la difficulté à transposer les prises connues.

Après une vraie nuit de sommeil, le lendemain matin, alors que le soleil était de la partie, nous avons participé avec enthousiasme à un entraînement de Back Hold, dirigé par Frazer. Nous avons découvert le plaisir de pratiquer sur l'herbe, avec un apprentissage technique nécessaire pour notre participation aux Highland Games, qui contrairement à ce qu'on pense ne sont pas des sports de force, mais de finesse. Ce moment a emporté l'adhésion générale de notre délégation. Et pour ne pas faillir à sa réputation, nous avons terminé nos combats sous une douche... écossaise !!! L'après-midi, nous avons présenté et initié les Écossais et les Islandais au Gouren. Ceux-ci ont apprécié l'énergie que nous avons déployée pour leur montrer notre sport et nos jeux.

Dimanche, départ aux aurores pour les Highland Games de Bridge of Allan... sous le soleil !!!!

Nous sommes accueillis par les pipe-bands et les danseurs écossais. Après s'être pesés dans... une BENNE !!! Nous rejoignons le coin des lutteurs pour déjeuner. Les poids plume sont les premiers à lutter pour ensuite laisser la place aux juniors, catégories féminine et masculine, puis les seniors catégories féminine et masculine. Léna Menesguen remporte la 1^{ère} place de la catégorie féminine plume. Enora Fédieu 2^{ème} en féminine junior – de 10 stones, finale disputée contre Lily Hirsh. Envel Cojean échoue en finale contre un Islandais et ramène donc la médaille d'argent chez les juniors -10 stones. Michel Auffret et Eflamm Bodenant entrent en compétition en toutes catégories. Michel et Envel passent le 1^{er} tour, tandis que Eflamm décroche une 3^{ème} place, chutant devant le même lutteur islandais que ses camarades (vainqueur de plusieurs catégories junior !). La compétition féminine a été remportée par l'Écossaise Victoria Kirk, chez les hommes par Andrew Carlisle l'Anglais. Frazer Hirsh l'Écossais et Gunmudur l'Islandais sont les grands gagnants de la journée.

Nous avons profité du climat local (encore le déluge !) pour regarder l'ensemble des attractions des Highland Games : lancer de troncs, courses à pied et à vélo, concours de danse et de musique écossaises.

De retour au camp après une longue journée très agréable, nous avons une fois de plus mangé un excellent repas que Janett et Avril nous avaient gentiment concocté. Pour notre dernière soirée, nous avons joué toutes nations confondues au Time's Up, une soirée enflammée et pleine de bonne humeur.

Le voyage du retour s'est déroulé sans embûches (ou presque)... Un voyage dont nous nous souviendrons tous pendant très longtemps !!!!!



UK Tour 2017 - La tournée des tournois de Back Hold

Une équipe de nos lutteuses et lutteurs s'est rendue en Angleterre durant une douzaine de jours, fin août/début septembre, afin d'y disputer 12 tournois de Back Hold. Ils vous racontent leur séjour.

L'équipe se rencontre à Roscoff avant de prendre le ferry pour une traversée nocturne de la Manche.

Après un long périple à travers l'Angleterre, la tournée débute au *Grayrigg Show*. C'est une première mise en jambe pour les lutteurs découvrant les tournois anglais. Malgré la présence des Islandais l'adversité manquait, ce qui n'a pas empêché les Bretons et Bretonnes d'impressionner le public. A la fin de la journée, l'équipe a retrouvé les Murray qui nous accueillent chaleureusement pendant plusieurs jours comme tous les ans. Leur convivialité, amabilité (et amour) étaient encore au rendez-vous ; ils sont même parvenus à faire tomber les a priori sur la nourriture anglaise.



L'ensemble des membres de la délégation bretonne

L'absence de tournoi le vendredi nous permet de nous installer tranquillement, ainsi que d'aller visiter le port de *White Haven*, tout en se préparant pour le week-end chargé en lutte.

Les deux tournois du samedi nous ont poussés à accentuer le rythme ; en début d'après-midi, l'équipe se rend à *Newcastletown* pour un tournoi très humide avant de rallier *Belligham* où s'est déroulé le championnat du monde des -14st. Ce tournoi nous a permis de découvrir la crème des lutteurs anglo-saxons, également présents le lendemain pour le fameux tournoi de *Grasmere*. Dans un cadre incroyable, entouré de montagnes, les lutteurs ont eu l'occasion de se mettre en avant face aux lutteurs anglais, islandais et écossais. Helouri et Aziliz ont même réussi à se classer premiers durant ce grand tournoi.

Le lendemain, le tournoi de *Keswick* a été annulé, donc nous avons passé la journée à *Silloth*, près de la mer. Malgré un temps très venteux, Pauline a réussi à battre Connie Hodgson, la bête noire des féminines depuis plusieurs années.

Mardi, deuxième journée de repos, une grande partie du groupe est allée visiter *Keswick*, petite ville touristique et très British, afin de prendre quelques souvenirs. Quelques volontaires sont eux restés chez les Murray pour faire de la maçonnerie. A l'issue du tournoi d'*Ennerdale*, il était temps pour nous de dire au revoir aux Murray et les remercier pour leur super accueil !

Direction *Haydon Bridge*, où nous avons retrouvé la famille Brown, après une initiation au Coilt, dont Josie et Jack Brown sont des champions de cette discipline traditionnelle, et un excellent repas, nous avons pris place au *Church House* pour passer une bonne nuit de sommeil avant de prendre direction du tournoi de *Crosby Ravensworth*, où nous avons pu voir de nombreux

podiums bretons ! A l'issue du tournoi, nous avons pu faire nos touristes et découvrir des paysages et atteindre en Quad des lieux à couper le souffle ; un bon bol d'air frais avant le grand tournoi de *Rothbury* le lendemain !

Le vendredi, séance shopping à *Newcastle*, petit moment de détente avant *Rothbury*, un tournoi avec une ambiance et une atmosphère particulière, car c'est le seul show où il n'y avait que de la lutte, et qui se déroulait dans un ancien marché au bétail. Les lutteurs étaient sur tapis et le public dans les tribunes, très concentrés sur les combats. La soirée qui suivait le tournoi était une très bonne occasion de passer encore un peu de temps avec les locaux.



Goulven Tassel en prise avec un Anglais

Le lendemain, le groupe s'est séparé en deux. Une partie s'est rendue à *Hesket Newmarket* où trois filles ont participé à la deuxième édition des championnats du monde féminins des -10st. Aziliz et Léa se sont classées troisième et quatrième. L'autre partie du groupe était à *Harbottle*.

Le dimanche, le dernier tournoi de la tournée à *Wolsingham*, un grand show réunissant de nombreuses compétitions : chevaux, maréchaux-ferrant, tracteurs, etc ...

Le soir, installation du « pallenn » au *church house* pour un entraînement de Gouren avec nos amis anglais, *Taol Korn Reor*, *Gwintadenn*, *Taol peron dre zindan* ... étaient au programme de cette séance. Certains d'entre-eux étaient très à l'aise à la réalisation des prises. Nous avons hâte de les voir en action lors des prochains championnats d'Europe. A l'issue de l'entraînement nous avons partagé ensemble un repas convivial, préparé par Jackie Brown, nous nous sommes dit au revoir et donné rendez-vous le 17 février à Guingamp pour les Internationaux de Back Hold !!

Le lundi, nous sommes partis très tôt pour prendre le bateau le soir à Plymouth et arriver le lendemain matin à Roscoff.

Encore une fois nous tenons à remercier tous les Anglais pour leurs accueil exceptionnel !



Un entraînement de Gouren également au programme

Aziliz Rolland, jeune lutteuse du club du Faou, participait pour la 1^{ère} fois à la tournée. Elle nous raconte cette expérience.

Ar bloavezh-mañ eo bet aotreet d'un nebeut gourenerien ha gourenezed dindan 18 vloaz kemer-perzh ar veaj 'ba Bro Saoz. Setu e oamp pevar gourener eus 16 ha 17 vloaz diwar 13 en holl. Daoust da vezañ yaouankoc'h, aes eo bet en em glevout gant peurrest ar skipailh. Pep hini en doa d'ober war e dro, da skouer evit prientiñ peadra da zebriñ da lein, met kenskoazell a oa ivez bep wech 'oa ezhomm ; evit netaat pe dorloñ ar re all e fin un devez diaes. Tro hon eus bet ivez da eskemm gant ar saozon ha gant gourenerien eus broioù all (kejet hon eus er c'henskrivadegoù gant tud eus Bro Skos ha Bro Island) diwar-benn ar c'hourenoù ha teknikoù Back-Hold ha Gouren... A-benn a fin : un aergelc'h kenskoazell hag eskemm ar veaj-pad!

Cette année, quelques lutteurs et lutteuses mineurs ont pu participer au voyage en Angleterre. Ainsi, nous étions quatre lutteurs de 16 et 17 ans, sur 13 en tout. Malgré le fait d'être plus jeunes, il a été facile de s'entendre avec le reste de l'équipe. Chacun s'occupait de lui-même, par exemple pour préparer de quoi manger à midi, mais il y avait aussi de l'entraide chaque fois qu'il y en avait besoin ; pour nettoyer ou masser les autres après une dure journée. Nous avons aussi eu l'occasion d'échanger avec les Anglais et les lutteurs des autres pays (aux tournois,

nous avons rencontré des Écossais et des Islandais), à propos de luttes et de techniques de Back Hold et de Gouren ... En conclusion : une ambiance d'entraide et d'échanges pendant tout le voyage.



Aet eo ar maout gant Aziliz e Grasmere
Aziliz Rolland (à droite) remporte le tournoi de Grasmere

Pemp miz e Bro-Skos (Maiwenn Salomon)

Abaoe hon distro eus ar Venezuela, 8 vloaz 'zo, e oamp en soñj mont da veajiñ en-dro gant hon bugale : un doare eo evidomp da zizoleiñ ur sevenadur, ur yezh hag ur vro all. Stourmerien bolitikel omp kenkoulz ha gourenezed evit merc'hed ar familh. N'hor boa ket c'hoant da chom a-sav gant ar gouren e-pad 5 miz.

E Bro Skos 'zo ur stourm politikel kreñv evit dizalc'hidigezh koulz ha gouren B-H (Back-Hold). Setu perak hon eus dibabet mont kuit du-hont.

A-raok ar veaj em boa klasket e pelec'h e oa skolioù « Back Hold » ha kaset kemenadennoù dezhe. Den ebet n'en doa respontet din estreget Zane Grey, ur gourener eus Paisley (banlev Glasgow). Entanet e oa da zegemer ac'hanomp en e skol.

Nevez digoret eo ar skol en ur c'harter paour-tre. Un 30 bugel ha krennarded bennak ez eus, leun a startijenn, mennet ha degemerus met diaes da vestroniñ a-wechoù. Aela he deus pleustret kalzig du-hont met n'eus ket a dud deuet. An holl a zizoloe ar gouren B-H ha Zane a zizoloe penn-da-benn ar « vicher ». Buan-tre en deus kinniget din sikour anezhañ e-pad ar prantadoù ha setu-me o c'hourdoniñ e miz mae. Ha reiñ un tañva gouren kement hag ober ...

Gortozet em boa ar b/vackholdadeg kentañ evit kejiñ gant tud ar skolioù all. A-drugarez da Willi Baxter e oamp deuet a-benn da gozeal gant Garry (gourdoner skol Hamilton) ha pedet da bleustriñ du-hont. Un degemer mat a zo bet gant ar c'hourenerien ha plijadur hon eus bet. Siwazh n'int ket bet dedennet gant ma c'hinnig aozañ ur bleustradeg gouren.

E miz Mae hag Even hon eus kemeret perzh en Highland Games. Kentelius-tre e oa daoust d'un nebeud a c'hourenerien (4 skol a zo nemetken e Bro Skos). Plijet bras omp bet gant hor beaj met estonet memestra ha ne vefe ket brudetoc'h ar gouren B-H du-hont. Tud evel Zane pe Willi a zo ankeniet bras gant stad o sport ha youl a zo gante evit cheñch an traoù o tigeriñ skolioù nevez. Labour a zo.

Ra 'vo graet berzh gante !!!



Tro he deus bet ar familh da gemer perzh
en Highland Games (e-pad ar veaj)



Un tañva gouren gant bugale eus banlev Glasgow

Dre Vras / En gros

Un court récit de notre séjour en Écosse : nos motivations, nos rencontres et nos échanges avec le monde du Back Hold.

Geriaoueg / Vocabulaire

dizalc'hidigezh : indépendance

kemenadennoù : messages

gourdoniñ : entraîner

Perfectionnement et détente en Espagne

Un stage mis en place chaque été par le comité départemental des Côtes d'Armor permet à une vingtaine de jeunes et à leurs encadrants de se rendre en Espagne et d'échanger avec les lutteurs locaux d'Aluche et de Lucha Leonesa.

Cette année les stagiaires ont planté leur tente en deux régions différentes : en Cantabrie (à San Vicente de la Barquera) pour la majeure partie du séjour, et dans le León (à Riaño) pour trois jours, combinant ainsi les avantages des deux provinces espagnoles. En effet, l'une, coïncée entre les montagnes et la mer, permet à la fois de profiter de la plage pour s'entraîner en Aluche (Back Hold cantabro) comme en Lucha leonesa sur un sol meuble, et d'exploiter ses vallons pour des activités sportives telles que la descente de rivière en kayak, le canyoning ou bien les randos – activités cruciales au développement d'une cohésion de groupe. L'autre région favorise quant à elle l'échange avec des lutteurs léonnais et la possibilité de participer à des tournois.



Léonais et Bretons après une initiation croisée

L'équipe encadrante tente chaque année de s'effacer le plus possible afin, entre autres, de sensibiliser les jeunes à l'autonomie, le respect d'autrui, le travail d'équipe, mais tente aussi d'accompagner au mieux les stagiaires dans leur pratique sportive, liée par exemple à la nécessité de manger sainement. Ainsi, les stagiaires ont largement contribué à l'élaboration en amont du stage, délibérant lors de réunions sur le choix des activités, sur l'emploi du temps, la fréquence des entraînements, les menus des deux semaines de camp, etc., puis au quotidien à sa bonne réalisation. Petits efforts évidemment entrecoupés de parties de mölky, jeux de cartes et jeux de mots, bonnes blagues, rigolades clownesques, et même ! une séance de Yoga...

Le mauvais temps a cette année considérablement réduit les temps d'entraînement, sans pourtant porter préjudice au perfectionnement technique des jeunes et des

encadrants dans les deux styles de lutte. Pour preuve la performance des garçons – Antoine, Ewen, Félix et Zan – qui ont pu, lors d'un tournoi de lutte léonnaise réservé aux adultes des catégories masculines, s'illustrer face à des lutteurs plus âgés et plus expérimentés qu'eux. Mikael et Jonathan ont aussi fait le spectacle, pendant que Maëlle, frustrée de ne pouvoir lutter, a eu l'excellente idée de filmer les combats et de les poster sur facebook (que vous pouvez retrouver sur la page du stage : « Chemin de lutteurs : entrez dans la lice »). Les Léonnais lui ont cependant offert un beau trophée pour sa performance aux championnats d'Europe ! Les filles et les plus jeunes ont aussi eu l'occasion de montrer ce qu'ils savaient faire lors d'un fructueux entraînement organisé à



Position de départ de la Lucha Leonesa

Riaño avec quelques lutteurs léonnais. Les échanges furent riches et tous ont apprécié la bonne humeur dans laquelle s'est effectué le partage des techniques, moyennant un espagnol plus que baragouiné. Heureusement qu'une fois de plus, notre envoyé spécial Jesùs Cuevas était présent pour que tout se passe à merveille !

Bref, cette sixième édition du stage en Espagne, qui a suivi le tournoi de Belle-Isle-en-Terre, s'est parfaitement bien passée, malgré un bobo inévitable (il en faut un chaque année!) et trop peu de buen tiempo mais toujours de magnifiques paysages, et avec un groupe soudé et dans l'ensemble débrouillard. Déjà six éditions... Quelle belle idée a eu Guillaume Colas !

Seul véritable bémol 2017 : l'absence d'un tournoi féminin... l'été prochain !



Maîtrise d'œuvre, conseil, études
Conception économique et écologique
Matériaux biosourcés d'origine locale

nature
architecture

Joséfa Pricoupenko, Architecte DPLG

Tripotini

2 rue des sept îles - www.naturearchitecture.fr - contact@naturearchitecture.fr

Dans la famille Salaün, je demande Ewen !

Titre à l'international à de multiples reprises, Ewen Salaün est certainement devenu le meilleur lutteur de sa génération. Avec un style de lutte bien à lui, le Brestois de 31 ans sait marquer les esprits par sa souplesse, sa ténacité et son envie de mettre le lamm le plus parfait. Rencontre avec le champion brestois qui n'est pas encore prêt à raccrocher sa roched ...

A la suite des championnats d'Europe en Avril dernier, tu t'es vu décerner la médaille de la ville de Brest, cela a dû être une fierté pour toi, ainsi que pour le Skol Gouren Brest ?

Oui, ça a été une grande fierté ! Dans une ville comme Brest, où il y a énormément de victoires sportives, de grands sportifs amateurs et professionnels, nous avons l'habitude de passer un peu inaperçus dans notre spécialité. Le fait de recevoir cette récompense par les élus de ma ville était quelque chose d'inattendu et de très gratifiant pour le Gouren, mon club et moi.

Comment arrives-tu à rester motivé, à trouver d'autres objectifs quand tu as gagné plusieurs fois les championnats de Bretagne, d'Europe, été élu meilleur lutteur à plusieurs reprises et j'en passe ... ?

Avant la victoire, ce que j'aime vraiment dans le Gouren c'est la richesse de notre lutte et ses techniques. Le fait de vouloir mettre un lamm nous oblige à effectuer un mouvement contrôlé du début à la fin, et, ce qui me motive le plus dans un combat de Gouren, c'est de le faire de la plus belle manière possible.

A ton palmarès de lutteur te manque-t-il vraiment quelque chose ?

Oui, un maout ! Je n'ai pas encore réussi à en gagner un, mais je suis loin d'être découragé.

Quelle est ta plus belle victoire en Gouren ?

Ma plus belle victoire en Gouren a été lors du Championnat d'Europe à la Brest Arena en 2016. Pas seulement pour le titre de meilleur lutteur, mais aussi pour avoir transmis le virus à ma femme, qui pratique le Gouren depuis !

Pour de nombreux jeunes dans les skolioù tu es devenu un exemple en tant que lutteur, quel(s) conseil(s) leur donnerais-tu pour atteindre un niveau de lutte (Gouren et Back Hold) tel que le tien ?

Pour devenir un bon lutteur, il faut lutter ! Plus vous ferez de combats à l'entraînement, plus vous irez en compétition, et plus votre niveau va monter. Il ne faut rien lâcher et, surtout, prendre plaisir à se dépasser. Je leur conseillerais aussi d'explorer les techniques et leurs variantes, car plus on est riche techniquement, plus on s'ouvre de possibilités en combat.

Aux championnats d'Europe et même lors des entraînements internationaux, on te voit souvent prodiguer des conseils, motiver et encourager les lutteurs et lutteuses des équipes. As-tu envie de suivre les pas de ton père et de devenir à l'avenir à ton tour coach des équipes de Bretagne ?

Je pense que oui, plus tard j'aimerais être coach des équipes de Bretagne, car je sais qu'on ne se fait pas tout seul. Mon niveau, je le dois beaucoup aux conseils qu'on m'a donné, et surtout à ceux de mon père. Mais en attendant, je préfère être sur le pallenn, mais je serai là pour conseiller et encourager les candidats pour les championnats d'Europe « espoirs » 2018.

Une question que tout le monde se pose, as-tu des envies d'Europe 2019 ?

Je suis un compétiteur. J'ai toujours dit que j'arrêterai la compétition quand je ne pourrai plus lutter. Donc, si tout va bien, je serai candidat.



Peg Zao A-Dreñv par Ewen Salaün



1 Les deux lutteurs sont dans la même position : bras droit par dessus l'épaule droite de l'adversaire, main accrochée à la ceinture dans le dos ; main gauche à la ceinture au milieu du ventre. L'attaquant se place sous son adversaire, jambes fléchies, dos droit, coude gauche calé au milieu du ventre.

2 D'une forte poussée des jambes et des bras, l'attaquant soulève très haut son adversaire.

3 L'attaquant se cambre, tourne les épaules et déplace sa main droite au col de l'adversaire.

4 L'attaquant termine le mouvement en contrôlant l'adversaire à l'aide de ses bras, le bras droit venant plaquer les épaules de l'adversaire au sol, le bras gauche retenant le bas du corps de l'adversaire.

Réflexions sur le Gouren pour l'enfance et l'adolescence

Nous avons demandé à Jacques Guermont, masseur-kinésithérapeute, ostéopathe, D.U de Préparation Physique et C.E.C de Kinésithérapie du Sport, de nous parler du développement physique des enfants et des adolescents et de nous donner quelques conseils afin d'aider nos éducateurs à les entraîner au mieux.

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, la santé n'est pas l'absence de maladie ou de pathologie mais un « état de bien-être physique, mental et social ».

Cela doit donc rester la grande force de la « grande famille » du Gouren de remplir, par l'engagement profond et sincère de tous ses membres, toutes ces conditions ! Dès lors la pratique du Gouren, tant aux entraînements qu'en compétition, doit toujours être adaptée aux niveaux de préparation des participants et, même en favorisant les performances sportives, rester avant tout un vecteur de bonne santé en permettant aux sportifs et sportives une ré-harmonisation tant physique que psychologique.

De par l'essence même du Gouren, art de la maîtrise de soi et des gestes pratiqués, chaque exercice proposé ou chaque prise réalisée se doit d'être toujours le fruit d'une manière de penser.

« L'enfant n'est pas un adulte en miniature, son physique et son psychisme sont non seulement quantitativement, mais aussi qualitativement différents de ceux de l'adulte, si bien que l'enfant n'est pas seulement plus petit, il est aussi différent »¹ : les cours dispensés aux moniteurs et initiateurs de Gouren tiennent compte de ces aspects fondamentaux, à chacun et chacune de toujours veiller à y penser pour les appliquer.

L'enfance et l'adolescence constituent les périodes les plus importantes de la vie quant à l'adoption de comportements, de valeurs, d'aptitudes, d'attitudes et d'habitudes de vie : les principes du Gouren, de respect des autres (adversaires, arbitres, entraîneurs ...) et de soi-même (accepter d'être battu plutôt que de risquer la blessure, d'où le grand rôle de l'arbitrage pour cette spécificité) favorisent l'épanouissement de cette jeunesse.

Chacune de ces périodes se caractérise par des développements physique et psychologique intenses. L'enfant ou l'adolescent est donc un être en pleine croissance et en perpétuelle transformation. Certaines précautions doivent être prises afin d'assurer que l'entraînement soit sécuritaire et efficace. L'entraînement de l'enfant et de l'adolescent doit être organisé de façon systématique et doit reposer sur des principes et des concepts scientifiquement validés.

Comme pour chaque sport, il faut être vigilant au Gouren : la capacité de l'appareil osseux, cartilagineux, tendineux et ligamentaire à supporter un effort est un facteur limitatif dans l'entraînement de l'enfant et de l'adolescent, car les os, ligaments et muscles sont en

pleine croissance et n'ont pas encore la résistance de celles des adultes.

En fait, dans notre sport, si nous retrouvons peu de tendinites, d'entorses ou de claquages nous nous devons cependant de surveiller quand même la fragilité des zones de croissance (arrachements apophysaires² et ostéochondroses³)

Pour cela les exercices de préparation en Gouren doivent être orientés : à tous âges, vers le travail de coordination, de mobilité corporelle (étirements) et surtout de vitesse d'exécution. Cela passera par l'apprentissage de techniques destinées à se relaxer et à se concentrer, à travailler en souplesse pour bonifier la force musculaire par la fluidité et la coordination et durant l'adolescence (12 à 18 ans environ) vers l'introduction progressive de l'explosivité (plyométrie⁴) et de la force maîtrisée.

Aussi les consignes (régulièrement données aux entraîneurs lors des formations) doivent rester de ne pas parler de performances ou d'ambition mais de bien être, de sensations et de progression, face à l'adversité en particulier. Ainsi le plaisir doit rester la priorité absolue des entraînements de Gouren, chaque sportif devant trouver du plaisir à faire ses exercices en fonction de ses besoins propres et donc de ses attentes en tenant toujours compte des données sur les connaissances actuelles de la science.

A titre d'exemples, sur ces données de la science, concernant la souplesse ou la force et l'adolescence :

- de manière tout à fait physiologique, c'est-à-dire sans rétraction musculaire et sans raideur articulaire, un adolescent peut perdre de la souplesse apparente. En effet, lors de la croissance, les os s'allongent d'abord, souvent par poussées, et c'est seulement par adaptation que les muscles s'allongent eux aussi. Comme de plus les membres inférieurs s'allongent avant le tronc, certaines « raideurs » apparentes chez l'adolescent sont donc tout à fait normales. Nous laisserons donc ces jeunes retrouver progressivement leurs amplitudes musculo-articulaires.

- de même durant la préadolescence et une partie de l'adolescence, l'accroissement de la force sera principalement attribuable à l'optimisation des mécanismes nerveux impliqués dans la contraction musculaire. L'hypertrophie de la fibre musculaire striée volontaire est en effet quasi-impossible à cet âge à cause de l'absence de testostérone. La force n'arrivera donc également que progressivement. C'est toujours d'abord la



technique qui primera pour l'obtention de résultats sportifs et la mise en place des exercices de musculation proprement dite ne devra se faire qu'en fonction de l'apparition du pic de croissance⁵, propre à chaque individu.

En conclusion sur les entraînements et les compétitions proposés aux jeunes lutteurs et lutteuses, nous pouvons continuer à affirmer qu'ils doivent toujours être orientés vers la protection de l'intégrité physique et psychologique de tous ces jeunes.

¹ Claparède, la psychologie de l'intelligence, scientas 1937

² Inflammations de certaines zones osseuses saillantes (tubérosité sous le genou pour maladie d'Osgood-Schlatter par exemple)

³ Inflammations des cartilages de croissance des os (spécifiques des jeunes)

⁴ plyométrie ou pliométrie est un des régimes de renforcement musculaire (avec le concentrique, l'excentrique, l'isométrique ou même l'électro-stimulation) et comme pour toute technique de musculation, il existera plusieurs types d'exercices pliométriques : avec ou sans charge, verticale (orientée vers les bonds), ou horizontale (orientée vers la course ...) et donc des conséquences, positives ou négatives, différentes. C'est une technique permettant l'utilisation de la force élastique des muscles, ainsi que le réflexe myotatique pour améliorer la puissance d'un muscle, lors d'un effort bref et rapide (effet rebond).

⁵ Période où un jeune va connaître la plus grande modification morphologique avec notamment une vitesse de développement de la taille (8 à 12 cm en une année) et du poids très rapide. Cela demande donc de « surveiller » chaque enfant et de s'adapter.

Les rencontres Poussins : des rendez-vous importants pour l'apprentissage des enfants

En 2011, la Fédération de Gouren a décidé de changer la formule des rencontres pour les enfants de la catégorie Poussins (8-10 ans) passant d'une formule de compétitions à des rencontres amicales. Si le succès a été au début au rendez-vous, l'élan s'est un peu essoufflé. Il faut absolument retrouver cet élan pour le bien de nos jeunes licenciés.

Jusqu'en 2011, les poussins luttaient comme les benjamins et minimes dans le cadre du challenge de Bretagne par équipe. Ils se rencontraient à trois reprises dans la saison et à chaque rencontre effectuaient deux combats qui leur permettaient de rapporter des points à leur équipe. Ces compétitions ont été jugées non satisfaisantes car trop longues avec parfois de grands déplacements, notamment pour la 3^{ème} journée fédérale. Les enfants étaient de plus en plus actifs durant la journée puisqu'ils ne disputaient que deux combats. Enfin, cette notion de « compétition » a été estimée trop prématurée pour des jeunes enfants, souvent débutants, encore en apprentissage.

Afin de rendre les enfants plus actifs sur la journée et de leur laisser le temps d'apprendre dans un environnement apaisé sans esprit de compétition exacerbé, le système des « rencontres poussins » a été mis en place. Durant ces rencontres (on ne parle plus de compétition), quatre ateliers sont mis en place : deux ateliers de Gouren, un atelier de Back Hold (lutte écossaise) et un atelier de Lucha Leonesa (lutte léonaise, espagnole). Les enfants ont ainsi la possibilité de mettre en application, contre les lutteurs des autres clubs qu'ils ne connaissent souvent pas, ce qu'ils ont appris à l'entraînement. Bien que la victoire soit importante pour certains et fait bien sûr plaisir aux enfants, la défaite ne devient pas une catastrophe.

Ce type de rencontre permet aussi aux parents de s'investir plus facilement et sans leur aide rien n'est possible. Ils sont en effet sollicités sur deux rôles : secrétaire et arbitre. Le secrétaire accueille les lutteurs, remplit les feuilles d'appariement, assure le lien entre lutteurs et arbitres. L'arbitrage du Back Hold et de la Lucha Leonesa est confié aux parents. Les règles de ces deux styles de lutte sont plus simples que celles du Gouren et une petite formation en début de rencontre suffit pour arbitrer les enfants.

Malgré cette plus-value pour les enfants, la participation est actuellement beaucoup trop faible au vu du nombre de licenciés dans cette catégorie des poussins. Lorsqu'il s'agissait du challenge par équipe les clubs encourageaient beaucoup plus les enfants à participer aux compétitions pour bien figurer au classement. Les parents se sentaient également plus contraints d'amener les enfants aux compétitions. Maintenant qu'il ne s'agit plus d'une compétition, les clubs et les parents ont tendance à

estimer que si les enfants ne participent pas aux rencontres ce n'est pas grave, il n'y a pas de points à marquer. Pourtant, ce type de rencontre fait partie de l'apprentissage. La confrontation avec les autres est l'essence même de notre sport. Apprendre à perdre et à gagner est important.

Ces éléments doivent être bien intégrés dans les clubs, afin de redonner aux rencontres poussins tout leur intérêt.

Pour terminer et pour sentir un peu l'ambiance des rencontres poussins, voici un petit témoignage du Skol Gouren Sant-Ethurien (22), organisateur d'une rencontre la saison dernière :

« Les parents du Skol Gouren Sant-Ethurien à Vieux-Marché se sont tous mobilisés pour accueillir la 3^{ème} rencontre poussins de l'année le 2 avril dernier, alors qu'ils n'avaient pas encore d'enfant sur le pallenn, tous trop jeunes. Une belle réussite pour cette première, nos petits lutteurs ont pu venir voir leurs aînés combattre lors d'un vrai tournoi et étaient frustrés de ne pas pouvoir y participer. De quoi les motiver pour les années suivantes. Quant aux poussins présents, ils ont fait beaucoup de progrès, c'était beau à voir, les familles sont venues les applaudir de la tante au grand-père en passant par les cousines ! Du beau spectacle et même quelques Lamm ! Et en plus un atelier était proposé pour les enfants non lutteurs afin d'aider au financement du voyage en Espagne échange gouren / lutte léonnaise par deux jeunes lutteuses qui sont parties cet été. Pour couronner le tout de bonnes crêpes et du soleil ! »



Du Gouren au collège Sainte-Marie de Sarzeau

Le Gouren noue un partenariat très fort avec les écoles. Chaque année, les permanents de la Fédération et de ses comités départementaux, mais aussi des bénévoles, initient huit à dix mille élèves de la maternelle jusqu'au lycée. Ces initiations se font de manière ponctuelle, mais la plupart du temps elles se déroulent sur un cycle de 6 ou 7 séances. Au collège Sainte-Marie de Sarzeau (56) toutefois, un projet original a vu le jour. Il s'agit d'un atelier gouren ouvert aux élèves tout au long de l'année. Noëlie Blancho et Juliette Foustoul, élèves de 3^{ème}, membres de l'atelier gouren, aidées par leur professeur, nous expliquent de quoi il s'agit.

Depuis la rentrée de septembre, avec le collège Sainte-Marie de Sarzeau, le vendredi de 13h30 à 15h15, dans la salle des sports de combat du gymnase, nous avons l'opportunité de participer à l'atelier gouren où nous sommes vingt-deux inscrits de la sixième à la troisième. Nous commençons le cours par des jeux pour nous échauffer puis nous faisons des étirements, du gainage, des exercices de musculation, des roulades. Le moniteur, M. Kerdraon, qui est aussi notre professeur de français, nous montre chaque semaine une nouvelle prise que nous devons reproduire par la suite en duo. C'est l'occasion d'apprendre le nom des techniques et les termes d'arbitrage en breton. A la fin de la séance, nous faisons des petits combats pour mettre en pratique ce que nous avons appris. Il est prévu qu'à la fin de l'année, à l'issue des trente-quatre séances, un tournoi soit organisé au collège pour les lutteuses et lutteurs de l'atelier. Pour nous entraîner dans les meilleures conditions, le collège a



Les élèves de la 6^{ème} à la 3^{ème} de l'atelier gouren

acheté à la Fédération de Gouren des rochedoù toutes neuves. Nous espérons comme nos professeurs et Mme Gendrot, la directrice, que cet atelier se poursuive les années suivantes. En bref, le gouren nous apporte chaque vendredi après-midi un moment de défoulement et de détente, et la découverte d'un sport de combat exceptionnel.

Choisir l'option « Gouren » au bac, c'est possible !

Option atypique pour les uns, bizarrerie régionale pour d'autres, le choix de l'option « gouren au bac » se révèle pourtant chaque année payant pour nos lutteurs candidats bacheliers. C'est en 1998 que l'Education Nationale a permis pour la première fois à des jeunes de choisir cette option, au même titre qu'un autre sport de combat, le judo. Mais sans la mobilisation de la Fédération de Gouren et de plusieurs élus bretons en particulier, cette option aurait disparu en 2012 !

Rencontre avec Bernard Lamy qui depuis des années est « consultant » auprès des 3 jurys composés de professeurs d'Éducation Physique et Sportive de l'Éducation Nationale qui font passer cette épreuve chaque année.

Bernard, peux-tu nous expliquer le déroulement de cette épreuve ?

L'option Gouren au bac se déroule à Carhaix. Comme pour toutes les options, les candidats sont convoqués. Après l'appel et les vérifications d'identité, la pesée permet de les répartir en 3 groupes avec 3 jurys différents. Notre premier rôle est souvent de mettre en confiance les candidats les plus stressés ! Puis l'épreuve pratique démarre, avec 2 minutes de démonstration : le candidat doit nous montrer un large panel de prises qui prouve sa bonne connaissance du gouren.

Cette première partie est suivie de combats. On insiste pour que le 1er combat soit « souple » afin de permettre aux deux candidats de s'exprimer (ils sont alternativement attaquant et défenseur). Contrairement à une compétition, là le combat ne s'arrête pas au lamm, toujours pour observer l'attitude des deux lutteurs. Et il arrive que le « hola » soit mis quand l'un des lutteurs bloque le combat. Cette partie pratique est jugée avec une grille Éducation Nationale. Elle est notée sur 16 points.

L'après-midi se déroule sous la forme d'un entretien, noté sur 4 points. Les candidats doivent montrer leur bonne connaissance de l'histoire de ce sport, de l'organisation fédérale et enfin ils analysent leur combat du matin, et ce n'est pas la partie la plus facile !

Les candidats sont-ils nombreux ?

Bernard Lamy : A part un léger creux en 2014, les candidats sont généralement entre 25 et 30 chaque

année, dont 4-5 féminines. Si cette option était réservée jusqu'à la session 2015 aux candidats des bacs généraux, elle est maintenant accessible aux bacs pros, ce qui devrait nous amener plus de monde les prochaines années.

C'est important selon toi de pouvoir choisir cette option ?

Bien sûr ! C'est important pour l'image de ce sport, c'est une reconnaissance du gouren et du travail de la Fédération. C'est l'occasion de donner de la visibilité au gouren : nous avons eu la télé une année, les journalistes viennent régulièrement voir cette épreuve, les radios aussi ... Mais c'est surtout très important pour les jeunes candidats et j'invite particulièrement ceux qui ont un niveau correct à s'y inscrire, en choisissant le gouren en



L'épreuve débute par la prestation du serment

1ère option (coefficient 2). A l'issue de l'épreuve, nous n'avons pas connaissance des notes, mais je sais que certains doivent leur mention, ou même leur bac, au gouren !

Nous allons maintenant à la rencontre de candidats. Trifin Coïc-Loquen (skol Louergad) et Roxane Chausson (Skol Brest) ont passé leur bac en 2015 avec l'option gouren.

Roxane : « C'est au skol Brest que j'ai su que c'était possible de choisir cette option. J'ai trouvé que ce n'était pas stressant du tout : j'ai juste continué à m'entraîner comme d'habitude deux fois par semaine et j'ai aussi révisé l'histoire du gouren avec les Brestoï. Pendant l'épreuve, le plus compliqué est de réaliser de belles prises bien propres, surtout quand l'adversaire ne connaît pas trop le gouren ! »

Trifin : « C'est Anaëlle Le Piolet (elle avait choisi l'option deux ans avant) qui m'en a parlé. Et c'était donc une évidence de m'inscrire, ça m'a même permis de m'accrocher alors que j'ai eu envie d'arrêter le gouren en club. Ce n'était pas une épreuve comme les autres ! J'étais au lycée Diwan de Carhaix et donc on s'est entraînés tous les mardis soir à Carhaix en plus des entraînements de fin de semaine de mon skol. Alexis Hié nous a aidés sur l'enchaînement d'un maximum de prises sur une courte durée, et sur la partie théorique, ce sont surtout les notes prises pendant ma formation d'initiateur que j'ai relues. J'ai eu 19, ce qui n'a pas été décisif pour obtenir le bac, mais ça peut l'être pour beaucoup et il ne faut pas négliger une telle option surtout si on peut y prendre du plaisir ! »

Helouri Coail (skol Plouzané) a choisi cette option en 2016. C'est par la presse et ses profs qu'il a eu l'information. Pour lui aussi, ce choix est devenu une évidence et la possibilité de gagner des points facilement et sans stress avec un sujet qu'il maîtrisait très bien. « J'ai juste fait ce que je savais faire, et les entraînements réguliers de skol Plouzané m'ont apporté les connaissances techniques. J'ai obtenu 20/20, note qui, sans être décisive pour mon bac, a permis de gonfler un peu ma moyenne, ça fait toujours plaisir !

Kimberley des Cognets (skol Louergad) a passé son bac en 2017 au lycée Diwan de Carhaix et c'est skol Karaezh qui l'a informée de cette possibilité. Pratiquante depuis de nombreuses années, elle n'a pas hésité ! Elle a même réussi à motiver des amis non licenciés à s'inscrire à cette option.

« Pour moi, ce n'était vraiment pas une épreuve comme les autres ! Stressante bien sûr car cela reste un examen, mais très enrichissante aussi pour le côté partage avec des non-pratiquants, et agréable en particulier grâce à l'accueil des arbitres bénévoles de la Fédération de Gouren. Côté préparation, j'ai suivi les entraînements (skol Karaezh, Louergad, Plouzané ...) mais je trouve que nous manquions d'informations sur le déroulement de l'épreuve : on ne savait pas trop sur quoi on allait être évalués et ça c'est stressant ! J'ai révisé aussi en me servant de mon passeport gouren (histoire et prises). J'ai trouvé la partie démonstration assez facile car j'avais déjà fait des démos dans le cadre du festival de la Saint Loup, et finalement le principe est un peu le même : montrer beaucoup de belles prises en peu de temps. Pour la partie combat, la difficulté quand on est compétiteur est de faire du combat souple, face à une lutteuse que je rencontrais régulièrement en compétition (Angèle Servant) ! Au final, j'ai eu 20/20, ce qui m'a permis d'obtenir une mention Bien au bac ! Tout ça en pratiquant un sport que j'aime dans une super ambiance, la preuve, on est tous sortis avec le sourire, et certains copains ont regretté de ne pas avoir essayé ! »

L'an prochain, l'option gouren au bac se déroulera très certainement mi-avril. Zan Michat (skol Louergad) sait déjà qu'il va s'inscrire : « Je prends cette option parce qu'elle peut m'apporter des points supplémentaires, mais je la prends surtout parce que cela fait partie de moi et de mon identité, cela depuis mon enfance. »

Christophe Veneau est professeur d'EPS dans le Finistère, membre du jury pour l'option gouren au bac et également arbitre de gouren. Il rappelle que l'inscription se fait au même moment que l'inscription au bac (cocher l'option gouren), cette année jusqu'au 22 novembre. Il y aura ensuite une confirmation à donner vers le mois de janvier. L'épreuve se déroulera normalement le 16 avril. Mr Veneau conseille également aux futurs candidats une bonne préparation tout au long de l'année avant l'épreuve : s'informer de la vie de la fédération, s'entraîner en skol, participer le plus possible (compétitions et tournois d'été, formations techniques et entraînements internationaux), connaître le serment et sa signification, tenir son passeport à jour à chaque compétition et le présenter le jour de l'épreuve, connaître les différentes étapes pour devenir initiateur, moniteur, arbitre ...

Mesdames et messieurs les futurs candidats, votre programme de révisions est déjà tout préparé !!



Une vingtaine de candidats à l'épreuve 2017

Skol Gouren Pleiber et son Pleiberimout'

La commune de Pleyber-Christ, dans le Finistère Nord, près de Morlaix, héberge un club de Gouren depuis 1984. Avec soixante licenciés Skol Gouren Pleiber comptait la saison dernière parmi les plus gros clubs du département.

Pourtant, il y a à peine six ans, ce club ne comptait que vingt licenciés. Cette belle progression des effectifs vient d'une stabilité des entraîneurs, mais aussi d'une très bonne cohésion entre les licenciés. Le « Pleiberimout' », un trophée estival créé et géré par le club, est peut-être une des raisons de cette bonne santé.

Georges Glorennec, tu es un des entraîneurs de Skol Gouren Pleiber. Claire Lafosse, tu es la secrétaire. Pouvez-vous nous présenter brièvement votre club ?

Le club a été créé en 1984. Il comptait à la fin de la saison dernière soixante licenciés, essentiellement des poucets (30), mais aussi huit poussins, onze benjamins-minimes, une dizaine de seniors.

Les entraînements sont assurés par Georges Glorennec, Ludovic Ladagec, André Lagadec et Jean Paul Le Coz. La saison dernière quelques-uns de nos lutteurs ont tiré leur épingle du jeu en compétition, notamment Baptiste Guihot (vice-champion du Finistère et vainqueur de la coupe de Bretagne en benjamin), Martin Guihot (champion du Finistère et vainqueur de la coupe de Bretagne en minime), Georges Glorennec (3^{ème} au Finistère en senior) ou encore Ludovic Lagadec (4^{ème} du challenge de Bretagne en confirmés, vainqueur du tournoi de Dellec, 3^{ème} au Pierre Philippe). Nous avons également présenté deux adultes débutants au challenge de Bretagne, Elodie Kergoat et Jérémy Tinard. Enfin, André Lagadec et Jean-Paul Menou, nos deux arbitres, officient très régulièrement lors des compétitions d'hiver et d'été.

Et vous ouvrez cette année des séances à Morlaix.

Jacques Le Goff, permanent à Ti ar Gouren, fait beaucoup d'initiations dans les écoles avec une volonté de développer le Gouren dans le Pays de Morlaix. A nos yeux il semblait manquer le côté « développement de skolioù » dans le secteur.



Combat entre seniors à Guerlesquin

Les deux dernières saisons nous avons donc essayé de monter un groupe à Plourin-les-Morlaix, mais les difficultés d'organisation suivant les plannings de salle nous ont contraints à arrêter. Nous avons ensuite été contactés par la MJC de Morlaix qui souhaitait mettre en place des séances de Gouren. Nous avons donc reporté notre projet sur Morlaix. J'assure (NDLR : Georges Glorennec) les entraînements avec Jean Paul Le Coz, et les licenciés dépendent du Skol Gouren Pleiber.

Le club est très actif l'été, notamment avec l'organisation du « Pleiberimout' ». Pouvez-vous nous dire de quoi il s'agit ?

Le « Pleiberimout' » est un challenge local qui se déroule sur quatre ou cinq journées à l'occasion de fêtes ou festivals de la région de Morlaix. Chaque manche peut se dérouler soit en Gouren, soit en Back Hold, soit dans ces deux styles.

Une de ces journées se fait par équipe de club. L'ambiance de cette journée est magique, il faut voir les plus petits s'encourager ou encourager leurs moniteurs quand ils savent que la victoire se joue à quelques points.

Les règles sont « adaptées » pour les mod kozh gouren dans la manière d'enchaîner les combats. Ils démarrent par les babig, le meilleur babig affronte les poucets, le meilleur poucet se mesure aux poussins et ainsi de suite jusqu'aux seniors.

Pour tous les combats les arbitres respectent les règles officielles de chaque style de lutte et l'arbitre de table empêche de faire combattre deux enfants si la différence de poids est trop grande.

Les points marqués sont plus importants pour un jeune qui gagne dans une catégorie supérieure. Ils sont également doublés si une féminine remporte un combat contre un homme.

En Back Hold, la rencontre est ouverte au public. Les participants extérieurs doivent signer le règlement afin de confirmer leur respect des règles, des lutteurs, des arbitres et certifier qu'ils possèdent une assurance responsabilité civile, mais il n'y a pas eu de soucis jusqu'à présent.

A la fin de l'été, le classement permet de désigner le vainqueur du « Pleiberimout' ».



Gouren et Back Hold : les petits luttent, les grands arbitrent

L'édition 2017, qui a vu d'affronter 70 participants, s'est déroulée sur quatre journées :

- le 25 mai durant le Tro Menez Are au Cloître-Saint-Thégonnec (mod kozh par équipe en Gouren) ;
- le 3 août au championnat du monde de lancer de menhir à Guerlesquin (Back Hold) ;
- le 13 août au Gouel an Eost à Plougoulm (Gouren et Back Hold) ;
- le 27 août au pardon de Saint-Brigitte à Saint-Thégonnec (Gouren et Back Hold).

D'où est venue l'idée ?

Nous sommes partis du constat qu'il n'y a pas grand chose pour nos plus jeunes licenciés l'été, mis à part la Saint Loup des jeunes début juillet à Guingamp et quelques tournois souvent éloignés. Nous avons alors eu l'idée de monter un projet autour des plus petits et de faire participer tout le monde aux compétitions. Les échanges avec d'autres clubs étaient aussi une raison de la mise en place de ce projet. En effet, le club est relativement isolé

géographiquement et rencontrer les lutteurs et dirigeants des autres clubs apporte toujours un plus.

Les parents ont vite adhéré au projet ; les enfants ont suivi. Chaque année le « Pleiberimout' » prend plus d'ampleur. Notre idée est désormais de stabiliser le projet après lui avoir fait franchir un palier en rendant une des journées « fédérale ». Nous refusons d'ailleurs désormais des dates pour garantir la possibilité aux lutteurs de pouvoir participer aux tournois officiels.

Quelles en sont les retombées ?

Les retombées de ce projet sont multiples pour le club, tant au niveau financier qu'au niveau médiatique, mais surtout au niveau de la motivation des jeunes du club et de leurs parents.

Au niveau financier, les organisateurs des fêtes qui accueillent les étapes du challenge, en plus de fournir le repas et la boisson aux lutteurs, nous donnent une petite enveloppe qui permet de payer les frais annexes et d'assurer un bilan positif financièrement sans risque pour le club. De plus, des partenaires fournissent maintenant au club une grande partie des lots pour ces journées.

Au niveau médiatique, les journaux font des articles très régulièrement, parfois sur une demi-page. Ceci entraîne forcément une augmentation de la notoriété du club dans le secteur auprès de partenaires, des acteurs locaux, etc. Ce sont d'ailleurs maintenant les médias qui viennent solliciter le club et non plus l'inverse.

Au niveau licenciés, le bilan n'est que positif depuis sa création et les résultats commencent à se faire sentir. La visibilité du club sur les fêtes locales ainsi que les initiations réalisées donnent envie à de nombreux enfants, et parfois à des adultes, de venir essayer le gouren au club. Mais c'est surtout l'objectif principal de départ, à savoir donner le goût de la compétition aux jeunes, qui est atteint. Le nombre de compétiteurs du club a augmenté, que ce soit chez les poussins ou chez les benjamins-minimes (le club n'avait pas eu d'équipe jeunes au challenge de Bretagne par équipe depuis de nombreuses années). Enfin, les parents qui prennent part à l'arbitrage du « Pleiberimout' » sont également présents à l'arbitrage sur les rencontres poussins de la Fédération et participent à la vie du club.



Une partie des participants au Cloître-Saint-Thégonnec

Les Internationaux de Bretagne de Back Hold déménagent

Après cinq années passées à Quimper, les Internationaux de Bretagne de Back Hold, compétition qui regroupe environ 200 lutteuses et lutteurs autour de la lutte traditionnelle du Nord de l'Angleterre et de l'Écosse, poseront leurs valises cette saison dans les Côtes d'Armor, plus précisément à Guingamp.

Nouvelle étape, nouvelle équipe organisatrice, pour un succès qui, souhaitons-le, sera comme toujours au rendez-vous.

Guingamp vibre chaque fin de semaine pour son équipe en rouge et noir qui réunit 15 000 spectateurs à chaque match à domicile. Pourtant, le 17 février 2018, on n'y parlera pas foot, mais Back Hold puisque la belle cité trégorroise accueillera les Internationaux de Bretagne de Back Hold. En effet, c'est Skol Gouren Louergad qui aura en charge l'organisation de cette compétition internationale.

Depuis plusieurs mois, une poignée de bénévoles motivés travaille d'arrache-pied pour recevoir lutteurs bretons et étrangers dans les meilleures conditions. Lors des différentes rencontres avec la Mairie de Guingamp et aussi avec les responsables de la nouvelle communauté d'agglomération (GP3A), les bénévoles ont senti tout

l'intérêt des élus pour le projet. La compétition se déroulera donc dans la magnifique salle Pierre-Yvon Trémel à Guingamp. Plusieurs délégations étrangères ont d'ores et déjà informé la Fédération de Gouren de leur présence : les Islandais, les Anglais et les Écossais seront là. Une délégation suisse sera aussi présente, suite aux liens tissés par Trifin Coïc-Loquen, Thomas Kérébel et Yann Pansard lors de leur participation à un tournoi de lutte traditionnelle suisse au printemps dernier à Vue Des Alpes.

Skol Louergad et la Fédération de Gouren donnent donc rendez-vous, le 17 février 2018, à Guingamp, aux lutteurs bretons prêts à en découdre sur le pallenn avec les lutteurs étrangers.

GourenTV : du Gouren en vidéo sur internet

GourenTV a vu le jour en novembre 2016 pour couvrir le tournoi mod kozh par équipe à Névez. Petit à petit, cette petite chaîne sur Facebook a réussi à fédérer 1600 personnes qui suivent et partagent les vidéos hebdomadaires, une cinquantaine en 1 an, soit plus de 120 000 personnes touchées !

Cette chaîne créée par deux membres de la Fédération de Gouren veut promouvoir le Gouren sur les réseaux sociaux et fédérer ses membres autour de notre sport, principalement en exposant ses compétitions d'hiver.

Spot d'annonce, résumé, breizh of (les meilleures prises), présentation des lutteurs, live ... les différentes vidéos sont riches et variées.

L'objectif est aussi de mettre en avant nos partenaires privés et publics (entreprises, région Bretagne, Conseils Départementaux...). Les membres du réseau GourenTV sont d'ailleurs pour la grande majorité, originaires de Bretagne.

Cette chaîne tend à se développer, elle a d'ailleurs besoin du soutien de tous les amoureux du Gouren :

- demandez à être « ami » avec Arzvin Gouren, le compte GourenTV,
- Cliquez sur l'onglet « j'aime » et « s'abonner » de la page GourenTV,
- Invitez vos amis à aimer et à s'abonner à la page GourenTV,
- Cliquez sur les onglets « j'aime » et « partager » de chaque nouvelle publication.

La saison d'hiver redémarre, vous pourrez de nouveau suivre les vidéos de GourenTV toutes les semaines... Trugarez !

Relie les points et colorie

