

Sport // A l'initiative de l'Agenais, Jean-Marc Frignati, un salle de 600 m² dédiée aux sports de combat (MMA, jiu-jitsu brésilien, judo et self-défense) va voir le jour le 15 juin à Boé.

Un nouveau centre d'arts martiaux ouvre à Boé



Inauguration de l'Ikigai Académie //

Le samedi 15 juin, de 14h à 16h, des démonstrations de judo et jiu-jitsu brésilien par des champions européens et mondiaux sont au programme et des remises sur les abonnements annuels de la saison prochaine seront également pratiquées.

Épaulé par sa compagne martiniquaise Manon Lacour, chargée de la gestion commerciale et logistique, Jean-Marc Frignati espère atteindre les 200 adhérents dès la première année de création de l'Ikigai Académie.

L'Ikigai Académie débarque à Boé ! En lieu et place de l'ancienne salle de sport Sun Fitness, ce complexe de 600 m² va principalement mettre à l'honneur quatre arts martiaux : le judo, le jiu-jitsu brésilien, le self-défense et le MMA (mixed martial arts). Autant de disciplines qui seront enseignées dans trois salles d'entraînement bien distinctes. La première zone de 120 m², réservée au MMA, comprend un tapis de lutte, des sacs de frappe mais surtout une cage octogonale, homologuée et sécurisée, de combat libre. « Un outil de qualité unique en Lot-et-Garonne », se targue le fondateur de l'Ikigai Académie, Jean-Marc Frignati. A l'étage, un dojo de 120 m² sera destiné au judo et au jiu-jitsu brésilien (une variante du judo se pratiquant essentiellement au sol). Juste à côté, un troisième tapis sera utilisé pour l'échauffement, le travail au sol et la préparation physique.

Au fond, un coin musculation et cardio de 40 m² a été aménagé avec divers appareils (une cage à squat, un banc de musculation, un rameur et des barres de force). En rez-de-chaussée, un grand écran permettra aux adhérents de s'entraîner et de réviser leur technique grâce au support vidéo, en dehors de heures de cours. Tout a été minutieusement imaginé par Jean-Marc Frignati qui a investi 50 000 euros pour que les combattants en herbe soient véritablement mis dans les meilleures conditions d'entraînement. Ce dernier, professeur de sports de combat depuis 30 ans, n'est pas à son coup d'essai puisqu'il revient de Martinique, où il avait déjà créé et géré un club d'arts martiaux durant sept ans, avec la farouche volonté de dupliquer son concept gagnant dans sa ville natale. Il fait partie du réseau national Pythagore et enseignera donc ses trois disciplines fétiches, le MMA, le judo et le jiu-jitsu brésilien, aidé par des combattants lot-et-garonnais réputés.

Une future académie d'excellence ?

Différentes formules d'abonnement avec des tarifs associatifs seront proposées aux futurs adhérents. La plus complète offrira un accès illimité à la salle, de 8h à 21h, 7 jours/7, grâce à un système de badge. « Les sportifs pourront ainsi s'entraîner en dehors des heures de cours, explique cet ancien enseignant de judo aux clubs du Passage d'Agen, de Foulayronnes et de Laroque-Timbaut. Les nouvelles générations aiment l'entraînement intensif et la progression rapide donc il faut leur donner les moyens d'atteindre leur meilleur niveau, sans restriction d'accès. » Car l'objectif de cet ancien champion d'Europe de jiu-jitsu brésilien en 2017 (dans la catégorie vétéran) est aussi de faire éclore des jeunes talents en compétition. « C'est une salle ouverte de 4 à 70 ans car chacun pourra y trouver son compte mais l'idée est surtout de permettre aux jeunes qui en ont vraiment envie d'accéder au plus haut niveau. »

L'inauguration de ce futur temple agonais des arts martiaux, en travaux depuis le 20 février, est programmée le 15 juin. « On a fait en sorte que ce soit un vrai lieu de rencontre, convivial et agréable, ajoute Jean-Marc Frignati. On veut que nos adhérents s'y sentent bien et que ce soit leur lieu de rassemblement où ils pourront s'arrêter dans la journée pour discuter et boire un café et pas uniquement pour transpirer. » A noter enfin que ces toutes nouvelles installations pourront également être louées à des associations et professionnels locaux, comme des coachs sportifs ou des professeurs de yoga, qui en font la demande.

Simon Galinier

Ikigai Académie
8 rue Pierre-Mendès-France à Boé
06 09 33 76 86
06 18 47 13 87
Facebook@ikigaiacademie47

LA GRANDE BRASSERIE



Kir Impérial
ou Fraises des Bois

Foie gras aux Abricots
Pain d'épices

Tartare de Saint Jacques et Saumon
Sauce Vierge aux Agrumes

Lotte bardée à la Basquaise
Coulis de poutres
Ris sauté au Chortó

Emincé de Magret grillé à l'Orange.
Riz d'asperge, Pommes Anna

Sablé aux Fraises, glace Vanille
Coulis de fruits rouges

05 53 67 17 37

Parvis de la gare - 1 place Rabelais 47000 Agen