

T

Mit
stunden-
genauer
Lieferung!Für den Einkauf
zu Hause.coop
Für mich und dich @home

Ilke Bulut: «Je sais que je ne m'enrichirai jamais en pratiquant le jiu-jitsu. Ce sport m'a par contre beaucoup apporté dans mon développement personnel.»
© David Wagnières

JIU-JITSU

Ilke Bulut, ce champion que la Suisse ignore

Le Genevois Ilke Bulut s'est paré d'or aux derniers Jeux mondiaux, mais son exploit est passé quasi inaperçu. Cela affecte peu le sportif, habitué à porter haut les couleurs de son pays en toute discrétion

5 minutes de lecture

Genève

Christian Lecomte

Publié dimanche 13 août 2017 à 19:53, modifié dimanche 13 août 2017 à 20:56.

«Au moment où Ilke emportait sa médaille d'or, la RTS nous montrait la finale du 200 mètres quatre nages aux Championnats du monde de natation de Budapest, où un Suisse a fini huitième. Pour une fois qu'ailleurs un autre Suisse gagnait!» Salle Sport Quest, haut lieu genevois de la préparation physique, Cathy, une adepte de l'urban running, peste: «Je ne comprends pas pourquoi certains sportifs de haut niveau sont ignorés, surtout lorsqu'ils sont les meilleurs du monde.» C'est le cas d'Ilke Bulut, qui pratique le jiu-jitsu, un art martial situé entre le judo et le karaté.

Fin juillet, le Genevois de 28 ans est monté sur la plus haute marche du podium aux Jeux mondiaux de Wroclaw (Pologne), en battant en finale le Belge Wim Deputter. Sous l'égide du CIO, cette compétition, qui se déroule tous les quatre ans, rassemble les disciplines qui ne sont pas inscrites au programme des Jeux olympiques (comme la gymnastique rythmique, le squash, le ski nautique, le trampoline, l'escalade, le karaté, etc.).

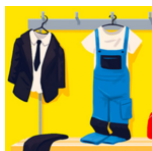
Le jiu-jitsu comme compromis

Ilke Bulut s'entraîne un peu ce samedi, après des vacances passées chez son père à Bodrum, en Turquie, à 100 mètres de la mer Egée. Il éprouvait le besoin de souffler après son exploit. Etonnamment, le natif de Genève, qui a grandi ici et se sent avant tout Suisse, est davantage connu à Istanbul. «Les médias là-bas ont parlé de moi, alors les gens n'hésitent pas à m'arrêter dans la rue. A Genève, on est beaucoup plus distant et ça me va plutôt bien», confie-t-il.

ENCORE ARTICLES GRATUITS À LIRE

Le jeune homme est plutôt discret et modeste. Père turc donc, mère valaisanne. Enfance au Lignon puis à Champel. Deux frères plus âgés plutôt remuants. La maman juge qu'il vaut mieux qu'ils luttent sur le tatami que dans la cour de récréation. Le petit suit et pratique lui aussi le judo mais se blesse aux vertèbres lombaires à l'âge de 13 ans. Six mois affublé d'un corset. Les médecins lui déconseillent des sports où l'on tombe souvent. Ilke fait du foot, sport qui lui déplaît «parce que l'ambiance est mauvaise et il y a un manque de respect; au judo, on obéit au maître et on apprend la discipline».

Abonnez-vous à cette newsletter



Le vestiaire

Chaque lundi, le sport sous toutes ses coutures, raconté par nos journalistes

9

exemple

S'INSCRIRE

Le tatami l'attire toujours autant alors le jiu-jitsu lui paraît un compromis idéal. «Ça se pratique surtout au sol, il n'y a pas de frappe ni de coup direct, on gagne par des clés articulaires ou par étranglement», résume-t-il. Il passe de la ceinture blanche à la noire en neuf ans et il engrange les titres. Neuf fois champion de Suisse, champion d'Europe à 17 ans, puis huit autres médailles européennes. En 2016, il décroche la médaille d'argent aux Championnats du monde, dans sa catégorie, les moins de 77 kilos.

Une vie de sacrifices

En parallèle, le sportif a achevé son école de culture générale mais n'a jamais travaillé au-delà de cours privés dispensés à des jeunes. Toute sa vie est consacrée au jiu-jitsu. Deux entraînements de trois à quatre heures par jour au Dojo Shinbudo de Cointrin, sous le contrôle du coach national Anderson Pereira. Des séances de musculation et d'assouplissement à Sport Quest menées par le préparateur Michaël Vincent. Question: comment vit-on et comment boucle-t-on les fins de mois sans salaire? Réponse du champion, qui plus est jeune marié: «C'est avant tout une vie de sacrifices, pas de sorties en boîte, pas d'excès, il m'arrive de ne pas boire une goutte d'alcool pendant un an. Pour le reste, je bénéficie de soutiens financiers et des sponsors m'aident également.»

Ilke Bulut a été invité cette année à rejoindre Team Genève, qui regroupe 23 athlètes dont le rameur Lucas Tramèr (médaillé d'or aux Jeux olympiques de Rio) et l'espoir du tennis Antoine Bellier. Avec à la clé un appui financier (8000 francs) et promotionnel (un site qui assure la communication du sportif). Par ailleurs, il a intégré le cadre national Swiss Olympic, ce qui lui rapporte 12 000 francs par an. «Tout cela ne fait pas beaucoup mais je sais que je m'enrichirai jamais en pratiquant le jiu-jitsu. Ce sport m'a par contre beaucoup apporté dans mon développement personnel. J'ai vécu au Japon, au Brésil, aux Etats-Unis, je parle plusieurs langues, je possède de solides connaissances en diététique. S'il me faut par exemple perdre 3 kilos, je m'en débarrasse en temps voulu», explique-t-il.

La tentation du MMA

Il retourne bientôt au Japon pour combattre. C'est le pays d'origine du jiu-jitsu, où «c'était le sport des samouraïs», dit-il, avant qu'un maître japonais ne l'exporte au Brésil, d'où il s'est popularisé notamment vers les Etats-Unis. Puis ce sera les Championnats du monde en Colombie en novembre. Pour le moment, il continue de savourer sa victoire à Wroclaw. En tout, la Suisse a rapporté 14 médailles (trois en or, huit en argent, trois en bronze). «Il y avait en tout 4000 athlètes, un village olympique, les anneaux olympiques partout, des installations magnifiques, beaucoup de public, ce fut magique.»

Son avenir semble tracé: sitôt qu'il cessera de s'aligner en compétition, il ouvrira une académie pour former de futurs compétiteurs au jiu-jitsu. Cette tentation aussi: s'essayer un peu au MMA (Mixed Martial Arts), sport réputé très violent qui se pratique dans un octogone grillagé. Mais il n'ambitionne pas pour autant de faire aussi bien que le Fribourgeois Volkan Oezdemir, qui a rejoint l'UFC, la plus importante franchise de MMA du monde. «J'ai déjà fait un

combat, un autre me tente mais pas tout de suite, les risques de blessure sont élevés», indique-t-il. Il n'en parlera surtout pas à sa mère, qui est restée très néophyte en matière de sports de combat. «Pour elle, je fais du judo, un point c'est tout», sourit-il.

Suivez toute l'actualité du Temps sur les réseaux sociaux

[FACEBOOK](#) [TWITTER](#) [YOUTUBE](#) [INSTAGRAM](#)