

# LA REFORME DU BENCH PRESS ET DU POWERLIFTING

Paris le 09 juin 2016

Cher(e)s ami(e)s

Dans ma dernière lettre d'information, je vous listais les étapes qui restaient à franchir afin que la Fédération Française de Force (FFForce) soit reconnue à l'égale de ses consœurs.

Le 26 mai 2016, l'assemblée générale du Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF), qui rassemblait toutes les fédérations sportives françaises agréées, a accepté la FFForce en son sein. Depuis cette date nous sommes donc membres du CNOSF avec une période probatoire de deux ans, ce qui est la procédure habituelle. Un nouveau vote aura lieu en mai 2018 pour, cette fois-ci, notre adhésion définitive. Durant ces deux années, il nous faudra donc démontrer notre capacité à gérer correctement nos disciplines, ce qui ne fait aucun doute.

Le Ministère chargé des sports a publié les nouvelles modalités pour qu'une discipline conserve son statut de Haut Niveau. Désormais cela sera basé sur un critère de représentativité de la discipline au niveau international. En effet, les championnats du Monde Open doivent avoir rassemblés pas moins de 30 pays, en moyenne sur quatre ans. La force athlétique restera donc discipline de Haut Niveau car les championnats du Monde non équipés ont regroupé en moyenne 37,5 pays sur la période 2013-2016. Ce sésame est extrêmement important car il implique, de facto, l'obtention de la délégation de la force athlétique pour la FFForce, mais certainement aussi des subventions du Ministère chargé des sports ainsi que la nomination de cadres techniques. Comme je vous l'avais dit les délégations seront attribuées aux fédérations au plus tard le 31/12/2016. A cette date, la FFForce sera donc une fédération à part entière, avec tous les droits et les atouts mais aussi les obligations d'une grande.

Ce scénario, se confirmant, nous aurons réussi le tour de force de faire reconnaître, par l'ensemble des instances sportives, notre fédération, continuer et même amplifier ses activités et ceci en moins de deux ans d'existence et 15 mois de fonctionnement. A ce propos je tiens à remercier toutes les personnes qui se sont mobilisées depuis la création de la FFForce et, en particulier, Xavier de Puytorac et son équipe. Ils ont permis que ce départ forcé de la FFHMFAC, non seulement ne soit pas préjudiciable à nos disciplines, mais se transforme en grand succès ; les quelques mauvaises langues qui nous avaient enterrés, un peu vite, en étant pour leur frais.

Cependant nous ne sommes qu'au début de notre grande aventure et il reste énormément de travail à accomplir, pour développer notre fédération et la pérenniser. En septembre 2016 nous entrerons en période électorale puisque le comité directeur qui gèrera la FFForce pour la prochaine olympiade sortira des urnes le 03 décembre 2016. Dès la rentrée je vous présenterai l'équipe avec laquelle je compte mener les destinées de nos disciplines au moins jusqu'en 2020.

La saison qui se termine c'est bien déroulée. Toutes les finales ont remporté un vif succès et j'en profite pour remercier les clubs organisateurs qui n'ont pas hésité à se lancer dans l'aventure de la première saison de la FFForce.

Nos activités ont vu la force athlétique (FA) et le développé couché (DC) prendre le pas sur le powerlifting (PL) et le bench press (BP). En effet le nombre de participants a continué à augmenter dans les championnats qui se pratiquent sans équipement et ceci au détriment des compétitions avec équipements. Examinons les chiffres de la saison 2015-2016 des finales nationales pour le PL et le BP

Disciplines et sexes	Pratiquants en France saison 2015-2016	Qualifiés aux chpt de France	Présents aux chpt de France	Athlètes ayant fait un total	Nb de médailles attribuées à la finale	Dont médailles d'or	% de pratiquants champions de France
PL Femme	21	20	18	16	16	12	57 %
PL Homme	89	56	40	39	37	22	24 %
BP Femme	45	43	34	33	31	20	44 %
BP Homme	167	114	81	72	59	28	16 %

Force est de constater que la participation aux compétitions avec équipements se réduit comme peau de chagrin. Nous en arrivons alors à des aberrations quant à l'attribution de titres dans ces disciplines. 57 % des femmes qui pratiquent le PL (toutes catégories d'âges confondues) sont championnes de France !!! Le plus petit chiffre est celui des hommes qui pratiquent le BP pour lesquels 16% (seulement) sont champions de France. Cela n'existe dans aucune autre discipline délégataire et si nous continuons à distribuer les médailles comme la caravane du tour de France distribue les casquettes et les stylos, alors, nous allons complètement décrédibiliser ces disciplines et nous ridiculiser lors des finales. La dernière finale en PL et en BP a eu lieu à Mourmelon et beaucoup d'athlètes se sont retrouvés seul(e)s dans leur catégorie et donc seul(e)s sur le podium. Cela peut s'expliquer dans des catégories de poids ou d'âges extrêmes mais lorsque je remets des médailles aux catégories open et qu'il n'y a qu'un seul athlète sur le podium je ressens un profond malaise surtout lorsque les élus me questionnent sur ce manque de participants. Pire !! Un phénomène est apparu à Mourmelon ! Des athlètes pratiquent le PL sans équipement (même dans la catégorie Open) car, seuls dans leur catégorie ils sont sûrs d'être champion de France.

Notre devoir de dirigeants est de gérer avec sérieux l'ensemble de nos disciplines. La FFForce n'est pas l'école des fans ; à la fin, tout le monde n'a pas gagné. Nous n'avons pas le droit de brader un titre de champion de France et c'est donc la raison pour laquelle la Commission Sportive Nationale de Force Athlétique (CSNFA) a proposé de réduire le nombre de titres de champion de France en PL et au BP à partir des championnats de France 2017 afin qu'il y ait une cohérence entre le nombre de pratiquants et le nombre de titres et de médailles distribués. Il n'y aura plus qu'un seul titre de champion de France à l'indice pour chaque catégorie d'âge chez les femmes et, pour les hommes, il n'y aura plus que deux titres à l'indice pour chaque catégorie d'âge ; un titre pour les moins de 83 kg et un titre pour les plus de 83 kg. Cependant, nous conserverons une feuille de match et un classement par catégories de sexes, d'âges et de poids de corps, ne serait-ce que pour les sélections

internationales. Pour ces dernières il n'y a absolument rien de changé. Les athlètes continueront à être sélectionnés pour les championnats d'Europe et du Monde selon les mêmes méthodes que les années précédentes en respectant les 8 catégories de poids masculines et 7 féminines.

A l'annonce de cette réforme, quelques benchers masters m'ont appelé pour me faire part de leur déception ; les titres de champions de France masculin passant de 8 à 2 dans chaque catégorie d'âge et de 7 à 1 chez les féminines. Je comprends leur amertume, mais ils ne doivent pas réagir de manière individuelle et faire du corporatisme. A l'instar de la CSNFA, ils doivent raisonner dans le sens de l'intérêt général. Il en va de la crédibilité de nos activités. Il n'est pas décent de maintenir autant de titres de champions de France pour aussi peu d'athlètes. Et, à une période où nous cherchons à récupérer des délégations de la part du Ministère, nous nous devons d'être irréprochables dans la gestion de nos disciplines. En effet, si la délégation de la FA est acquise du fait de son statut de Haut Niveau, il n'en est pas de même pour la délégation du DC (et par la même du BP). Lors de mon rendez-vous au Ministère chargé des sports le 23 juin dernier, il m'a bien été signifié que l'attribution de chaque délégation sera examinée au plus près, les critères d'attribution se durcissant pour l'olympiade 2017-2020. Il va falloir montrer le sérieux de notre gestion du DC et du BP pour récupérer cette délégation et il n'est pas question de faire n'importe quoi dans ce domaine quitte à me fâcher avec quelques benchers et amis que j'apprécie beaucoup par ailleurs.

Nous savions que la mise en place d'un championnat sans équipement ferait du tort aux compétitions avec équipement, mais nous ne pensions pas que cela irait si vite. Pour ma part je crois que le PL est condamné à terme et qu'il disparaîtra de lui-même dans les années qui viennent. La France ne fait pas exception. On rencontre ce phénomène dans quasiment tous les pays et la pratique sans équipement ne fait que renforcer l'universalité de notre sport. 46 pays étaient présents aux championnats du monde de Killeen (USA) le mois dernier, ce qui est du jamais vu. Nous avons d'ailleurs clairement affiché notre préférence pour la pratique sans équipement qui est un retour à l'essence même de notre discipline : la force pure. Nous militons au sein de notre fédération internationale, avec beaucoup d'autres pays, pour que les Jeux mondiaux se pratiquent sans équipement à partir de 2021. Ces derniers auront lieu aux Etats Unis d'Amérique et, il y a fort à parier que les américains, qui sont les chantres du sans équipement, fassent un gros lobbying auprès de l'IPF pour arriver à leurs fins.

Pour ce qui est du BP je pense qu'il a encore sa place dans notre fédération mais nous devons l'adapter. Le BP reste une discipline d'avenir qui allie la force et la technique d'utilisation du maillot. Mais surtout, cette discipline reste très spectaculaire puisqu'elle voit ses athlètes réaliser de très grosses performances qui n'ont rien à voir avec le DC. Si on prend comme référence le meilleur bencheur français de tous les temps, le sympathique Allan Grenier, il gagne plus de 100 kg avec un maillot. Il faut donc conserver cette discipline d'élite mais, pour cela, il faut la rendre attractive.

« A vaincre sans péril, on triomphe sans gloire » (Pierre Corneille, Le Cid). Quelle motivation pour un athlète de participer aux championnats de France alors qu'il est seul, ou presque, dans sa catégorie ? Si le plus dur est de se qualifier aux championnats de France et que pour la finale il suffit de ne pas faire un zéro pour avoir le titre, il n'y a aucun intérêt. Comment attirer le public lorsqu'il n'y a pas de match, lorsqu'il n'y a pas de suspens ? Avec cette réforme on redonne ses lettres de noblesse au BP. S'il n'y a plus que deux titres chez les hommes il va y avoir de belles bagarres en perspective et le champion de France pourra s'enorgueillir d'avoir vaincu les meilleurs français dans cette discipline

d'élite. La tactique de match va réapparaître et le champion sera aussi celui qui sera un fin tacticien car il faudra jongler avec les points de l'indice. Dans cette perspective, j'ai demandé à la CSNFA de mettre en place une nouvelle feuille de match pour le BP qui sera destinée à tenir en haleine et à attirer le public. Cette feuille indiquera, comme cela se fait pour le challenge Jean Villenave, l'indice réalisé et l'indice demandé pour bien suivre le match.

Nous devons conserver le BP et pour cela nous devons le faire évoluer. Il n'est pas une simple extraction du PL, il a une âme et une spécificité. Nous devons en faire un sport de spécialistes mais, dans ce but, nous devons le repenser. Sur ce sujet, je suis ouvert au débat et prêt à étudier toutes les propositions qui iront dans ce sens.

En attendant, bonnes vacances à toutes et à tous.

Forçathlétiquement vôtre.

Stéphane HATOT

Président de la Fédération Française de Force