

VALENTIGNEY

# L'union de l'énergie et du corps

Quand on demande à Claude Gentil, ceinture noire 7e dan d'Aïkido, 6e dan de karaté et 2e dan de judo, pourquoi il a commencé les arts martiaux, il répond en toute simplicité « *parce que j'étais le plus petit de la classe et que je ne voulais pas me laisser faire* ». Quand on voit le chemin qu'il a franchi aujourd'hui, on se dit qu'il a été bien inspiré de suivre son côté combatif.

Car il est vrai que son parcours a été exceptionnel : il a débuté les arts martiaux à Belfort en 1953 par du judo, où il est arrivé rapidement à la ceinture noire et au 2e dan. Il a ensuite enchaîné avec l'aïkido en 1956 et le karaté dans la foulée en 1957 pour lequel il a été plusieurs fois champion régional. En 1959, il était le plus jeune ceinture noire de France d'aïkido.

Il fera connaître le karaté et l'aïkido en créant de nombreux clubs partout dans le monde : en Algérie, sur l'île de la Réunion, et à Seloncourt, Valentigney. Il a occupé de nombreuses fonctions importantes à la Ligue de Franche-Comté de karaté ou en tant que président d'association.

Il a complété sa formation en suivant et en mettant en place de nombreux stages en France mais aussi dans les pays asiatiques d'où sont issus les plus grands maîtres (Chine et Japon notamment). C'est au cours d'un de ces voyages en 1977 à Taïwan que le franc-comtois a découvert



**Claude Gentil a reçu de nombreuses médailles de Jeunesse et Sports pour son implication sportive.**

le qi qong et le tai chi, pour lesquels il se passionne encore aujourd'hui.

## A la recherche du bien-être

Ces dernières années, il s'est plutôt concentré sur le qi qong, mais sans abandonner les autres disciplines qu'il pratique régulièrement, et a ouvert un club à Valentigney en 1994. Il met un point d'honneur à faire venir le plus souvent possible de grands maîtres

chinois qui lui permettent d'actualiser ses connaissances personnelles et par la même occasion de faire découvrir ces pratiques aux personnes intéressées. Il a créé un club de qi qong à Montbéliard et en a mis en place une session dans une maison de retraite à Bavilliers. « *Cette discipline possède des vertus thérapeutiques* », affirme l'expert, « *et on y effectue un travail thématique autour des bienfaits qu'elle procure. Qi qong signifie le tra-*

*vail de l'énergie* ». Pour ces prochains mois, Claude Gentil a un emploi du temps bien rempli : il possède un diplôme de masseur chinois, qui complète avantageusement le qi qong, et qu'il met régulièrement en pratique, il organise des stages au niveau régional et national, il passe le 14 février sur TF1 pour expliquer les vertus du qi qong, tout ça sans cesser de pratiquer ses disciplines favorites seul, ou en famille.