

# Les femmes à l'assaut du sport

**Blois.** La journée du sport au féminin, proposée par le Comité régional olympique du sport (CROS) en région Centre, a fait la part belle à la découverte. Exemple avec l'escrime. Hier après-midi, huit femmes se sont retrouvées dans le gymnase du Cercle d'escrime de Blois, qui a d'ailleurs initié, depuis deux ans, une action pour « l'escrime au féminin ». Marilyne, Jocelyne, Valérie et les autres n'avaient jamais touché une épée.

Après un petit historique de présentation et une description des trois armes (l'épée, le fleuret et le sabre), elles ont pu entrer dans le vif du sujet. Échauffement et bases techniques en guise de mise en bouche, elles se sont ensuite mesurées – l'arme à la main – au cours d'assauts acharnés. Pugnaces et déterminées dans l'effort, l'atmosphère est pourtant restée détendue et ludique.

Régis Eche, président du Cercle, explique : « L'apport de l'escrime accroît des qualités psychologiques : la confiance en soi, le respect d'autrui, l'atten-



Les huit escrimeuses d'un jour ont eu chaud : elles n'ont pas ménagé leurs efforts.

*tion par la concentration et la maîtrise de soi. Mais aussi les qualités psychomotrices : prise de conscience de son corps, coordination des bras et des jambes, contrôle de l'équilibre et de la précision, affirmation de la latéralité. » Les qualités de toute bonne escrimeuse se concentrent autour de l'esthétisme et de l'harmonie du geste, sans oublier la souplesse, la détente, la vitesse. Et si ces dames ont été conquises – malgré le côté duel de l'escrime, sport d'affrontement, qui compte davantage de licenciés masculins – elles se contenteront peut-être de le pratiquer en guise de loisir.*

*« Pourtant, les femmes font du sport. Elles sont joggeuses, nageuses occasionnelles ou inscrites dans un club de fitness, mais sont plus rarement licenciées d'un club. Je ne l'explique pas vraiment, si ce n'est par l'horaire : nombre de clubs proposent des cours le soir... ces dames sont peut-être moins disponibles », conclut le président. Mais les mentalités évoluent...*