



PROTRAIT

Brigitte Benon

à la pointe de l'épée

Brigitte BENON, dont la famille était installée à proximité du Parc Winston Churchill, commence par faire de la danse classique à l'âge de 7 ans. C'est au Forum des sports qu'elle a l'occasion de faire une séance d'initiation à l'escrime. La petite Brigitte est immédiatement séduite par ce sport et sous le charme du bienveillant Maître d'armes, Jean Promard. Elle est aussi influencée par les aventures de Zorro. Les entraînements s'effectuaient à l'époque à la salle des fêtes ou à la salle de danse alors située dans la mairie.

C'est dans un second temps que la salle d'armes ouvre dans l'actuel Dojo du quartier de La Chevrette. Brigitte se perfectionne au fleuret jusqu'à ses 18 ans. Elle a envie d'aller plus loin dans sa pratique mais aussi dans la compétition. Il lui manquait du coaching et des leçons individuelles.

Elle rejoint alors le club de Saint-Gratien et rencontre Maître Wolinetz, fleurettiste et Maître Forestier, épéiste, qui a d'ailleurs donné son nom à la salle d'armes de Saint-Gratien depuis 2023. Très vite, Brigitte Benon est dans les dix meilleures jeunes féminines au fleuret.

C'est alors que Philippe Boisse, double champion olympique, par équipe aux Jeux de Moscou en 1980, lui suggère de passer à l'épée. À cette époque, Brigitte pratiquait en même temps le Handball à un très bon niveau. L'épée l'intrigue, il n'y a plus de convention comme au fleuret et l'avantage est donné au premier qui touche. La jeune femme voit dans la pratique de cette arme plus de liberté et de justice dans l'arbitrage et la validation des touches.

Après avoir passé son 1^{er} degré du Brevet d'Etat à 19 ans, elle est désormais en mesure d'enseigner les trois armes (fleuret, épée et sabre). A Saint-Gratien, tout n'était toujours pas facile à l'épée car il n'y avait que des hommes, qui étaient au départ un peu réticents de transmettre et de tirer avec une femme. C'est à travers des compétitions que Brigitte va rencontrer des filles qui faisaient de l'épée à travers le Pentathlon moderne.

Une rencontre va une nouvelle fois influencer sur le parcours de l'escrimeuse, il s'agit de Michel Salesse, membre de l'équipe de France

d'épée qui fut à plusieurs reprises médaillé aux Jeux Olympiques et aux Championnats du monde. Michel Salesse propose d'entraîner quelques filles à l'épée au sein de l'INSEP. Brigitte Benon intègre l'équipe féminine et suit en même temps la formation au Brevet d'Etat second degré. C'est aussi le début de sa participation à des épreuves nationales.

C'est en 1986 que Michel Salesse propose à la Fédération Française d'Escrime d'organiser le premier championnat de France féminine à l'épée. La même année, Brigitte Benon remporte le titre de Championne de France individuelle. Elle participe en 1988 à Orléans, au Championnat du Monde auquel concoure une vingtaine de nations. Elle a 25 ans, gagne l'épreuve individuelle au Championnat du Monde et devient vice-championne du Monde par équipe. Elle se remet ensuite d'une rupture des ligaments.

En 1992, elle n'est pas sélectionnée pour les Jeux Olympiques de Barcelone. Brigitte arrête la pratique mais continue d'enseigner. En 1994, elle décide de se préparer seule, repasse par toutes les étapes régionales et nationales de la compétition et les gagnent. En 1995, elle devient Championne de France 1^{ère} division. Elle quitte le club de Saint-Gratien à 33 ans et arrête la pratique pour rejoindre celui de Levallois, où elle se consacrera à l'enseignement durant 27 ans.

Brigitte nous confie que « *la pratique de l'escrime a toujours été synonyme de plaisir. Il faut savoir écouter son corps, accepter de sortir de sa zone de confort, faire face et surmonter. J'aime beaucoup transmettre la technique, la stratégie du jeu, échanger avec l'autre notamment à travers le langage gestuel. Sans l'autre, on n'est rien. !* ».

Aujourd'hui, Brigitte Benon continue de transmettre et de donner quelques leçons à Clichy la Garenne et se consacre à ses autres passions : voyages, randonnées et cuisine. La marche lui permet de rester humble et indulgente et de vivre pleinement le bonheur de l'instant présent ! ■

...
**Elle a 25 ans,
gagne l'épreuve
individuelle
au Championnat
du Monde et devient
vice-championne du
Monde par équipe**
....

