



Camp 10

DU KARATÉ AU MMA

Club créé en 1996, le Camp 10 est d'abord consacré au Karaté. En 2004, son directeur, Denis Stutzinger, l'orienta vers d'autres disciplines :

... et plus encore

Muay-thai, MMA, Pancrace, Judo, Grappling.

Depuis, les succès s'accumulent et le club a désormais conquis ses lettres de noblesse pour devenir l'un des grands centres nationaux des sports de combat.

Photos : D.R.



1 Une toute petite partie des membres du Camp 10.

L'histoire du Camp 10, c'est d'abord l'histoire de Denis Stutzinger. « J'ai commencé le Karaté à l'âge de 14 ans, nous dit-il, dans un petit club de province et j'ai obtenu ma ceinture noire à 19 ans. Très vite, je me suis lancé dans la compétition, avec de bons résultats sur le plan régional et je me suis qualifié régulièrement aux championnats de France. Après un passage dans l'armée, je suis rentré dans la police nationale et je suis arrivé à Paris où je rentre dans l'équipe de France police. Je suis même devenu champion de France police ».

LE PARCOURS DU COMBATTANT

C'est donc par le Karaté que commence la carrière de Denis, alors même que celui-ci était plus intéressé, dès le départ, par la Boxe. « À 30 ans, avec un 2^e dan de Karaté en poche et un Brevet d'état, j'ai ressenti une profonde frustration liée aux règles de la compétition.

Il me manquait quelque chose et j'ai décidé, avant d'être pris par l'âge, d'aller me tester dans un sport de plein contact : le Muay-thai. J'ai retrouvé un second souffle et j'ai combattu jusqu'à 35 ans, en classe pro, avant que la fédération ne mette un terme à ma « carrière » à cause de la limite d'âge. Aujourd'hui, je suis toujours à la recherche de l'efficacité hors cadre sportif et je m'entraîne beaucoup sur des techniques de Self-défense et au combat libre. Sortir des carcans est pour moi indispensable. Pendant ces cinq années, je m'étais entraîné dans toutes les disciplines possibles : Kick-boxing, Karaté-contact, Lutte-contact. Et puis le MMA a commencé à faire parler de lui dans l'hexagone. La quarantaine sonnée, j'ai retrouvé de la fraîcheur et une nouvelle motivation. A quarante deux ans, après quelques séjours d'entraînement au Japon et au Brésil, j'ai goûté aux plaisirs de ma première cage en Allemagne où je remporte la victoire en deux minutes par KO debout.

J'enchaîne alors quelques combats en MMA à l'étranger, et en Pancrace en France, jusqu'à l'âge de 45 ans, avant de m'arrêter ».



FAIRE ENTRER LE CLUB DANS UNE ÈRE MODERNE

Denis Stutzinger avait créé le Camp 10 en 1996. En 2004, il décide de lui donner de nouvelles orientations : Muay-thai, Pancrace, MMA. «La section MMA a démarré très vite la première année avec une cinquantaine d'adhérents, et n'a cessé d'augmenter depuis. Le Muay-thai explose également car la majorité des pratiquants de MMA au Camp 10 viennent perfectionner leurs techniques de percussions à travers le Muay-thai et l'effectif entre les deux disciplines confondues atteint ces dernières années les 300 adhérents. Les résultats en compétition sont venus rapidement eux aussi, que ce soit en Pancrace, MMA ou Muay-thai, en France et à l'étranger. Le club a donc pris sa part de notoriété mais s'il est

connu à travers la vitrine de la compétition, il reste avant tout un club où tout le monde est le bienvenu. Je m'efforce de donner le meilleur de moi-même dans mon enseignement et je n'hésite pas à me remettre en question de manière permanente afin de transmettre mon vécu.»

Ainsi, en transformant son club, Denis Stutzinger en a fait un centre résolument moderne, où chacun pourra y trouver ce qu'il vient chercher. «S'il est vrai qu'au Camp 10 l'enseignement est dur et les règles de vie draconiennes, chacun y trouvera sa place. Qu'il vienne en loisir ou dans l'optique de combattre, il sera accueilli avec la même considération et le même respect».

Et comme Denis n'est pas du genre à dormir sur ses lauriers, cette année, le club vient de s'enrichir d'une nouvelle section, le Krav-maga. 🌟

2 Un club à la fois loisir et compétition où chacun peut y trouver matière à progresser, dans une ambiance conviviale.

3 La Boxe Thai et le MMA, deux sections fortes du Camp 10.

4 Nam Ta Van, combattant en MMA, Denis Stutzinger, et Phi Hung Ta Van, professeur de Judo.

LES ENTRAÎNEURS

DENIS STUTZINGER

Directeur et entraîneur Muay-thai et MMA / Diplôme d'Etat Perfectionnement Sportif Karaté (DEJEPS) / Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 1er degré Karaté (BEES 1) - CN 2° dan Karaté/ Brevet Moniteur Fédéral Muay-Thai / Brevet Moniteur Fédéral Pancrace / Vainqueur du Golden Trophy / Champion de France Police Karaté

JASON PONET : Entraîneur MMA / Brevet d'Etat (BPJEPS APT) / BMF 1 activité pugilistique / Animateur Lutte FFL / Combattant pro MMA : 17 victoires - 8 défaites - 1 nul / Ceinture mondiale de Sanda du «Only One» / Double Champion de France de Sanda / Vainqueur de l'Open de France de Sanda

PHI HUNG TA VAN : Entraîneur Judo / Champion de France junior 2000

JIMMY HUVET : Entraîneur KRAV-MAGA/ Instructeur Fédéral FEKM et FFKDA / ceinture noire 3° Darga FEKM

CAMP 10 : la fiche technique

Date de création : 1996

Adresse : 12, rue Bossuet, 75010 PARIS

Métro : gare du nord / poissonnière

Tél : 09 52 31 71 93 / 06 16 24 78 08

site web : www.camp10.fr

Superficie : surface totale = 250 m² (vestiaire , espace accueil , surface d'entraînement)

Surface d'entraînement tatamis = 110 m² (une seule surface)

Équipements : ring au sol / 5 sacs de frappe longs déplaçables montés sur rail / 10 m de linéaire de grillage de cage

Matériel d'entraînement : paos / pattes d'ours / ceintures front kick / manequins de lutte / tapis de chute

Disciplines enseignées : MMA / Muay-Thai / Grappling / Krav-maga / Judo enfants

Nombre d'adhérents : 450