

PORTRÄT / /PORTRAIT

Dominique Sigillò

Kampfkunst - Lebenskunst
Arts martiaux, art de vivre

Der Meister mit einem 7. Dan feiert das fünfzigjährige Bestehen von Biels erster Karateschule. Gegründet hatte sie sein Vater Salvatore.

VON RENAUD JEANNERAT

Alles begann 1969. «Mein Vater Salvatore hatte einen Kollegen, der bei General Motors beschäftigt war. Beide trainierten in den Räumlichkeiten der GM Karate. Damals galt es eher als Strassenkampf.» Der 55-jährige Dominique Sigillò erinnert sich an den Anfang dessen, was schnell zur Berufung für die ganze Familie wurde. Drei Generationen schwarzer Gürtel zwischen dem 2. und dem 7. Dan.

Pioniere. Salvatore Sigillò, von Beruf Coiffeur, begann mit 31 Jahren, Kampfkunst zu üben. 1970 gründete er den «Karate Do Biel-Bienne», ein Jahr später war die Schule Teil der «Swiss Karate Union», eines der beiden Landesverbände. «Er reiste jedes Wochenende nach Genf, um mit einem japanischen Meister zu trainieren. Für Dominique Sigillò ist Sport «das Wichtigste in meinem Leben». Er begann als Sechsjähriger, Fussball zu spielen, und betrieb diese Sportart bis 17. Im Alter von sieben Jahren probiert er Judo aus, «was mir aber wegen des vielen Körperkontakts nicht gefallen hat». Im Jahr darauf, 1972, begann er mit seiner ein Jahr älteren Schwester Bellinda, Karate zu üben. Ein Jahr später folgte den beiden Manya, die Jüngste. «Wir waren schweizweit die erste Gruppe von Kindern, die Karate betrieben. Ein japanischer Meister kam regelmässig aus Spanien zu uns ins Dojo.»

Seinen schwarzen Gürtel erhielt Vater Salvatore 1975 in Japan. «Damals war Japan das Zentrum der Kampfkunst. Mittlerweile hat Europa dasselbe Niveau erreicht.» Im gleichen Jahr erhielten Bellinda und Dominique im Alter von 12 und 11 Jahren ebenfalls den schwarzen Gürtel.

Titel. Dominique Sigillò, der heute den Familienbetrieb

an der General-Dufour-Strasse 102 in Biel leitet, schaut auf eine beeindruckende Erfolgsbilanz zurück: zehn nationale Titel in den Disziplinen Kata sowie Kumite (Kampf), Vize-Weltmeister im Jahr 1984, Junior-Europameister 1985, Vize-Europameister 1991. «Ich habe den Wettkampf mit einem Wermutstropfen beendet: dass ich nie Weltmeister geworden bin.» Heute begegnet man ihm anlässlich von Wettkämpfen auf der ganzen Welt als Supervisor der «World Karate Federation» und als Mitglied der technischen Kommission des europäischen und weltweiten Verbands. «Dank diesen Mandaten werde ich an die Olympischen Spiele 2021 in Tokyo reisen, sofern diese stattfinden können.»

Sein Sohn Nicola, der an Dominique Sigillòs Seite unterrichtet, folgt dem Weg seines Vaters. Seine Erfolgsbilanz ist ein 2. Dan und mehrfache Auszeichnungen als Schweizermeister sowohl im Kata als auch im Kumite.

Ausbilden. Im «Zen Shin DS102», Zentrum für Kampfkunst und Gesundheit, gehen zwischen 250 und 300 Schüler ein und aus, davon ist die Hälfte unter 20-jährig. Glorreiche Legenden wurden hier ausgebildet, darunter Hermann Mühlheim, Kick-Box- Weltmeister 1993 und 1995 und heute noch Chef-Instruktor in seiner Disziplin. Oder Michelle Saner, zehnfache Elite-Schweizermeisterin in Kata und Coach der Kata-Mannschaft der «Swiss Karate Federation». Nicht zu vergessen der talentierte Nachwuchs, der an den letzten Schweizermeisterschaften insgesamt 15 Medaillen errungen hatte.

Dominique Sigillò fürchtet die Konkurrenz nicht, «sie verleiht Elan». Das Wichtige sei das hohe Niveau des Lehrers und seine Verantwortung gegenüber den Kindern. «Man muss sie formen, nicht verformen. Die Mentalität hat sich verän-

dert: «Damals ging es bei dieser Kampfkunst um den Kampf, eine gewalttätige Sportart. Heute praktizieren die Leute diesen Sport auch zu ihrem Wohlbefinden, für ihre Gesundheit», sagt Dominique Sigillò. Seine Schule «Zen Shin» hat ihre Angebotspalette seit ihrer Anfangszeit langsam aber stetig erweitert: Karate, Kick-Boxen, Krav-Maga (israelische Selbstverteidigung), aber auch Taiji-Quan, Yoga und Fitness werden gelehrt.

Während sich unter den zwischen fünf- bis 90-jährigen Schülern die jüngeren meist auf eine Disziplin konzentrieren, praktizieren andere mehrere. «Die Schule hat sich weiterentwickelt. Wir sind eine Kampfkunst- und Kampfsportschule und wenden uns mehr und mehr einem Lebensstil zu, der sich nach dem Wohlbefinden und einer gesunden Energie ausrichtet. Es ist eine Lebensschule für alle.» Und Karate lässt sich sogar in Familien trainieren. «Meine Schwester Bellinda gibt Kurse, in denen die Eltern mit den Kindern Karate üben.» Die Weiterführung der Schule ist gewährleistet, auch wenn aufgrund der Coronapandemie vorerst alle Kurse lahmgelegt sind.

Dominique Sigillò:
«Karate passt für jedes Alter.»

Unten:
Nicola, Salvatore und Dominique Sigillò.



PHOTOS: Z.V.G.

Dominique Sigillò:
«Le karaté se pratique à tout âge.»
En médaillon:
Nicola, Salvatore und Dominique Sigillò.

Tout a commencé en 1969. «Mon père Salvatore a connu un ami qui travaillait à la General Motors. Ensemble, dans les locaux de la GM, ils ont appris le karaté. À l'époque, c'était plutôt du combat de rue.» Dominique Sigillò, 55 ans, se souvient des débuts de ce qui deviendra rapidement une vocation familiale. Trois générations de ceintures noires entre 2^e et 7^e Dan.

Pionniers. Salvatore Sigillò, coiffeur de profession, a commencé les arts martiaux à 31 ans. En 1970, il a créé le Karaté Do Bienne et une année plus tard, l'école entra dans la Swiss Karate Union, première fédération. «Il allait à Genève chaque week-end pour s'entraîner avec un maître japonais. Pour Dominique Sigillò, le sport, «c'est la chose la plus importante de ma vie». À six ans, il s'éprend du football, qu'il

a pratiqué jusqu'à 17 ans. En 1971, à sept ans, il s'essaie au judo, «mais il y avait trop de contact, cela ne m'a pas plu.» En 1972, il commence le karaté avec Bellinda, sa sœur aînée d'une année. L'année suivante, Manya la cadette leur emboîte le pas. «Nous étions le premier groupe d'enfants de Suisse à s'initier au karaté. Un maître japonais venait régulièrement d'Espagne.»

En 1975, le père Salvatore va passer sa ceinture noire au Japon. «À l'époque, c'était le centre de notre art. Aujourd'hui, en Europe, nous avons atteint le même niveau.» Et la même année, Bellinda et Dominique sont les premiers enfants à obtenir aussi la ceinture noire, à 11 et 12 ans.

Titrés. Dominique Sigillò, qui dirige aujourd'hui l'ins-titution familiale de la rue Dufour 102, jette un œil sur son palmarès impressionnant: 10 titres nationaux tant en kata qu'en kumite (combat), vice-champion du monde en 1984, champion d'Europe junior 1985, vice-champion d'Europe 1991. «J'ai arrêté la compétition avec un seul regret, celui de ne pas avoir été champion du monde.» Aujourd'hui, on le retrouve dans le monde entier lors de compétitions comme superviseur de la Fédération mondiale de karaté (WKF) et membre de la commission technique de la Fédération européenne et mondiale. «C'est grâce à cela que je pourrai enfin aller aux Jeux Olympiques, à Tokyo... en 2021.»

Son fils Nicola, qui enseigne à ses côtés, suit sa trace, ceinture noire 2^e Dan, il a déjà plusieurs titres de champion suisse à son palmarès, tant en kata qu'en kumité.

Former. L'école Zen Shin DS102 se porte bien, compte entre 250 et 300 élèves dans

ses rangs, dont la moitié a moins de 20 ans, des figures de légende comme Hermann Mühlheim, champion du monde de kick-boxing en 1993 et 1995, aujourd'hui toujours chef-instructeur de la discipline, ou Michelle Saner, dix fois championne suisse élite en kata et coach de l'équipe de kata de la Fédération suisse de karaté. Et bien des talentueux élèves, puisqu'aux derniers championnats suisses, ils ont moissonné pas moins de 15 médailles.

Dominique Sigillò ne craint pas la concurrence, «elle donne de l'élan». L'important, c'est le bon niveau des profs, leur responsabilité face aux enfants. «Il faut les former, pas les déformer.» Et les mentalités ont changé: «Si, chez les anciens les arts martiaux, c'était seulement le combat, un sport violent, les gens le pratiquent aussi aujourd'hui pour leur bien-être, leur santé», souligne Dominique Sigillò. L'école Zen Shin à la rue Dufour 102 a sensiblement élargi sa palette depuis ses débuts. Karaté, kick-boxing, krav-maga (auto-défense) et même taiji-quant, yoga et fitness.

Si parmi les élèves de 5 à 90 ans, les plus jeunes se concentrent sur une discipline, d'autres en pratiquent plusieurs. «L'école a évolué, nous partons des arts martiaux et des sports de combat en allant de plus en plus vers un art de vivre axé sur le bien-être énergétique et la santé. C'est une école de vie pour tout le monde.» Et le karaté peut même se pratiquer en famille. «Ma sœur Bellinda donne des cours où les parents peuvent s'initier au karaté en même temps que leur enfant.» La relève est assurée, même si, épidémie oblige, les cours sont pour l'heure suspendus.



BONHÔTE
BANQUIERS DEPUIS 1815

Mühlbrücke 3, Pont-du-Moulin, 2500 Biel/Bienne 3

BIRTH DAY TO YOU

Philippe Garbani,
ehem. Regierungsstatthalter, Biel, wird diesen Donnerstag 74-jährig; ancien préfet, Bienne, aura 74 ans jeudi.

Martin Ziegelmüller,
Kunstmaler, Vinelz, wird diesen Freitag 85-jährig; artiste-peintre, Vinelz, aura 85 ans vendredi.

Andreas Hegg,
Gemeindepräsident Lyss, wird kommenden Montag 62-jährig; maire de Lyss, Lyss, aura 62 ans lundi prochain.

PEOPLE

...SMS...



Die Profi-Mountainbikerin **Emilie Siegenthaler**, 33, macht aus einer unglücklichen Situation das Beste. «Meine Tage laufen auf viel Schlaf hinaus. Ich habe nie einen Wecker gestellt, was ein wahrer Luxus ist.» Die Fünftplatzierte der Downhill-Weltmeisterschaften 2019 nutzt die vom Coronavirus auferlegte Zwangspause, um sich von einer Knieverletzung zu erholen. «Zuhause trainiere ich mit Yoga oder kleinen Kraftübungen.» Für Siegenthaler kommt es nicht in Frage, sich gehen zu lassen. «Meine Mitbewohnerin und ich nehmen uns Zeit, gut zu kochen und

gesund zu essen.» Dreimal wöchentlich macht die Athletin Physiotherapie, ohne sich zuviele Gedanken darüber zu machen, wann die Wettkämpfe wieder aufgenommen werden können. «Ich freue mich darauf, bald mit meinen Freunden eine Mountainbike-Tour machen zu können und diese bei Sonnenuntergang bei einem Umtrunk auf der Terrasse des «Lago Lodge»-Bistros abschliessen zu können.» Das ist im Sommer zu einer Art Tradition unter Bikern geworden.» Die Verschiebung der Olympischen Sommerspiele auf 2021 kümmert sie kaum, da Downhill keine olympische Disziplin ist. MH

La cycliste professionnelle d'Évilard **Emilie Siegenthaler** fait contre mauvaise fortune bon cœur. «Mes journées se résument à beaucoup de sommeil. Je ne mets jamais de réveil, ce qui est un vrai luxe!» Cinquième de la descente VTT des Championnats du monde 2019, l'athlète de 33 ans profite du repos forcé imposé par le coronavirus pour récupérer d'une grave blessure au genou. «Je fais souvent une petite activité physique à la maison, style yoga ou petits exercices de force.» Mais pas question de trop se laisser aller. «Avec ma compagne, nous prenons le temps de bien cuisiner et de manger sainement.» Trois fois par semaine, elle fait aussi de la physiothérapie sans trop se soucier de savoir quand les compétitions pourront reprendre. «Je me réjouis cependant de pouvoir à nouveau faire une grosse sortie en VTT avec un groupe d'amis, pour terminer par une petite bière sur la terrasse du 'Lago Lodge', face au coucher du soleil. C'est en quelque sorte une tradition des bikers en été!» Le report en 2021 des Jeux olympiques l'affecte peu, puisque la descente VTT n'est pas une discipline olympique! MH



Tobias Hauswirth, 21, besucht eigentlich den Studiengang «Fine Arts» an der Hochschule der Künste Bern. Die Institution und somit auch sein Atelier sind bis auf weiteres geschlossen. In der frei gewordenen Zeit ist der Worbener ehrenamtlich als Kurier für die Solidaritätsaktion «Bienne vole» im Einsatz. «Nicht jeder hat das Glück, dass Angehörige die Einkäufe erledigen können. Ich fahre gerne Velo und helfe gerne», so Hauswirth. Er und seine Kollegen erledigen Einkäufe für Corona-Risikogruppen in Biel und Nidau und liefern frei Haus. Das Landschaftswerk Biel-

Seeland stellt mit Unterstützung der Age-Stiftung einen Projektleiter, Disponenten und die Logistik zur Verfügung. Das Patronat der Aktion liegt bei der Pro Senectute Biel, der Regionalgruppe VCS Biel und dem Velokurier Biel-Bienne. Interessierte «Bienne vole»-Kuriere können sich unter biennevole@gmail.com melden. Telefonische Bestellungen der Einkäufe sind unter **032 328 11 44** zu tätigen. MM

Tobias Hauswirth, 21 ans, suit la filière «Fine Arts» à la Haute école des Arts à Berne. L'institution et son atelier également sont fermés jusqu'à nouvel ordre. Le citoyen de Worben passe donc son temps libre comme courrier pour l'action solidaire «Biennevole». «Tout le monde n'a pas la chance d'avoir des proches pour faire ses commissions. Je roule volontiers à vélo et j'aime apporter mon aide», dévoile Tobias Hauswirth. Avec ses collègues, il fait les achats des personnes à risque à Bienne et Nidau, et les livre gratuitement à la maison. Action paysage Bienne-Seeland a mis à disposition un chef de projet, des planificateurs et la logistique, avec le soutien de la Fondation Age. Le patronat de l'action se situe chez Pro Senectute Bienne, le groupe régional de l'ATE et le Courrier Vélo Biel-Bienne. Les bénévoles intéressés peuvent s'annoncer par courriel à biennevole@gmail.com. La commande des achats se fait par téléphone au **032 328 11 44**. MM

«In Krisenzeiten ist der Staat das verbindende und stabilisierende Element.» Dieser Satz verging **Erich Fehr** förmlich auf der Zunge, als er die Medien zu einem weiteren «Point de Presse» betreffend Coronavirus lud. Dabei präsentierte der Bieler Stapi verschiedene Massnahmen, um die Auswirkungen auf Gewerbe, Kultur und Sport abzufedern. Selbständigerwerbende können bei der Wirtschaftskammer Biel Seeland (WIBS) Rat bei administrativen Fragen einholen. Kulturveranstalter erhalten Zuwendungen auch ohne Aufführungen, die Mieten für Gewerbe-Liegenschaften in Stadtbesitz werden für drei Monate gestundet.

Le HC Bienne et **Marc-Antoine Pouliot**, qui a joué au HCB durant la saison 2012/13 et depuis 2016 jusqu'à aujourd'hui, ont prolongé d'une saison supplémentaire, jusqu'au 30 avril 2021, le contrat qui arrivait à échéance. **L'attaquant** du HC Bienne **Jan Neuwandner** a été contaminé par le coronavirus. Diabétique donc considéré comme personne à risque, il est en quarantaine depuis deux semaines mais va déjà mieux. **Après deux années sabbatiques**, l'ancien entraîneur de Saint-Imier, le Jurassien bernois **Freddy Reinhard** prendra place sur le banc de l'équipe fribourgeoise de Guin la saison prochaine.