



TECHXV

REGROUPEMENT DES ENTRAÎNEURS
ET DES ÉDUCATEURS DE RUGBY

RUGBY À 7 ET LA FORMATION DU JEUNE JOUEUR

En marge du tournoi In Extenso Supersevens, l'IFER, l'institut de formation de TECH XV, organise, en partenariat avec la FFR et la LNR, une journée de séminaire sur le rugby à 7 et son utilisation actuelle.

À partir de la question, « **en quoi le rugby à 7 peut-il être formateur techniquement, physiquement et mentalement pour un jeune joueur ?** », ce séminaire aura pour objectif d'appréhender l'utilisation des spécificités du rugby à 7 dans la formation d'un jeune joueur de rugby, avec des intervenants de renoms.

Thèmes :

Techniquement : comment aborder un entraînement du rugby à 7 par rapport au rugby à XV

Physiquement : les parallèles avec le rugby à XV dans la préparation physique

Mentalement : la gestion mentale des joueurs du rugby à 7

Par la suite, les participants et les intervenants pourront longuement échanger lors de questions/réponses.



PROGRAMME

DATE & HORAIRES

Vendredi 31 Janvier 2020

LIEU

Paris La Défense Arena

TARIF

80 €

INTERVENANTS - 14h à 17h30

Technique - Rugby à 7 contraintes et spécificités

Thierry Janeczek - Manager des équipes de France 7 Développement
Yann Delaigue - Ex-joueur international Français (20 sélections)

Physique - Analyse de la tâche physique du joueur Seven

Julien Robineau - Préparateur Physique de France 7 Masculin (FFR)
Antony Couderc - Chef de la Préparation Physique Filière Féminine (FFR)

Mentale - Approche mentale, entraînement et compétition

Jean-Marc Béderède - Entraineur national au sein de la DTN
Julien Piscione - Responsable Recherche et Développement (FFR)

GRAND TÉMOIN - 19h30 à 21h

Ben Ryan - Ex-sélectionneur de l'Angleterre et Fidji à 7, Consultant France 7
Joe Rokocoko - Ex-joueur international Néo-Zélandais (68 sélections)
Montserrat Amédée - Joueuse de France à 7 et XV



PARTIE TECHNIQUE

Rugby à 7 contraintes et spécificité

Thierry JANECZEK

Ancien joueur international français à XV (3e ligne).

Entraîneur et sélectionneur de l'équipe de France de rugby à sept de 1996 à 2010 et membre de la Direction Technique Nationale.

Désormais Manager-adjoint de l'équipe de France de rugby à sept.



Yann DELAIGUE

Ancien joueur international français à XV (20 sélections) au poste de demi d'ouverture

Palmarès :

- champion de France avec Toulon en 1992 et Toulouse en 1999 / 2001
- champion d'Europe avec Toulouse en 2003
- 3e de la coupe du monde de rugby à 15 en 1995



PARTIE PHYSIQUE

Analyse de la tâche physique du joueur Seven



Julien ROBINEAU

Préparateur Physique de rugby à sept au sein de la FFR depuis 10 ans.

À effectué une thèse « Gestion des interférences liées au développement des qualités énergétiques et neuromusculaires ».



Anthony COUDERC

Chef de projet - Préparation Physique Filière Féminine au sein de la FFR depuis 7 ans.

À effectué une thèse « l'analyse des variables physiques, métaboliques et contextuelles de la performance sportive : Le cas du Rugby à 7, nouvelle discipline olympique ».

Surnommé « le sport scientist » des Bleues.



Jean-Marc BÉDERÈDE

ancien joueur de rugby à XV (3e ligne).

Ex-Conseiller Technique Régional du comité Armagnac-Bigorre.
Entraîneur national au sein de la direction technique nationale (DTN).
Membre de l'encadrement de l'équipe de France de rugby à XV (2016-2019) en tant que spécialiste de la défense.

PARTIE MENTALE

Approche mentale,
entraînement et compétition



Julien PISCIONE

Responsable Recherche et Développement au sein de la FFR depuis 12 ans.

À effectué des recherches sur la gestion et la prévention des blessures, des états de forme des joueurs.

En charge du programme (sur le site de la FFR) proposant des séances afin de limiter les blessures en général et les commotions en particulier.

GRAND TÉMOIN



Ben RYAN

Entraîneur de rugby à sept de l'équipe d'Angleterre (2007-2013), des Fidji (2013-2016) et consultant pour les équipes de France à sept depuis 2017.

Palmarès :

- Angleterre : finaliste de la Coupe du Monde en 2013
- Fidji : Champion Olympique en 2016 et double vainqueur des World Series en 2015 et 2016 (*premier entraîneur de rugby à 7 à remporter le titre olympique*)



Joe ROKOCOKO

Ailier international néo-zélandais (68 matchs/46 essais) entre 2003 et 2011.

A disputé :

- 9 Super Rugby avec les Auckland Blues
- 7 Tri-nations (remportant les éditions de 2003, 2005, 2006, 2007 et 2010)
- 2 Coupe du monde (terminant troisième de l'édition 2003)

Palmarès :

- Vainqueur du Super 12 en 2003
- Vainqueur du National Provincial Championship en 2005 et 2007
- Vainqueur du Top 14 avec le Racing 92 en 2016
- Finaliste de la coupe d'Europe en 2016 et 2018 avec le Racing 92



Montserrat AMÉDÉE

Arrière du Montpellier Rugby Club et internationale française de rugby à XV et à sept.

Palmarès :

- championne de France du Top 8 avec Montpellier en 2017 / 2018 / 2019
- 2e de la coupe du monde de rugby à 7 en 2018
- 3e de la coupe du monde de rugby à 15 en 2017

PLAN D'ACCÈS

Paris La Défense Arena

8 Rue des Sorins
92000 Nanterre





CONTACT

Marie Guionnet-Ruscassié
Chargée de Mission Formation
marie.guionnet-ruscassie@techxv.org
05 61 50 97 56

Tom Chollon
Chargé de Communication
tom.chollon@techxv.org
05 61 50 28 40