

# L'ÉTÉ DU RUGBY



RUGBY

LES RENDEZ-VOUS RUGBY DES VACANCES! JUILLET / AOÛT 2020

















**PROTOCOLE** 

Projet de plan de reprise d'activité

Pubilication TECH XV 4. rue Jules Raimu 31200 Toulouse Tél. 05 61 50 28 40 - infos@techxv.org - www.techxv.org

Directeur de la publication: Alain Gaillard

Responsables de la rédaction : Jean-Paul Cazeneuve et Marion Pélissié • **Rédaction :** Jean-Paul Cazeneuve, Tom Chollon, Alain Gaillard, Matthieu Gherardi et Cyrille

Création et réalisation graphique : 31mille

Impression: Imprimé à 2 700 exemplaires sur du papier blanchi sans chlore issu de forêts gérées durablement et imprimé avec des encres végétales par l'entreprise Indika (Label national Imprim'Vert et certifiée FSC et PEFC, certification ISO 14001). Tous les articles spécifiés comme tels sont certifiés • Illustrations : Kilian Borderie Philippe Guillot • N° ISSN : 2115-4783









près 2018 où le rugby français avait dû affronter l'impensable, touché dans sa chair par le décès de trois de ses pratiquants, l'année 2020 lui soumet une nouvelle répreuve, inattendue, inédite, avec la séquence du COVID-19.

Cet épisode frappe durement notre sport, non seulement par l'arrêt brutal de sa pratique, toujours interrompue six mois après, et l'impact exceptionnel qu'il engendre, sanitaire, sportif, économique, humain, mais aussi du fait d'une conjoncture pleine d'incertitude quant à l'évolution de la situation sanitaire et par conséquent de la bonne continuation du rugby hexagonal.

C'est pourquoi TECH XV, durant cette période anxiogène et forcément déstabilisatrice, n'a eu de cesse d'accompagner au mieux les membres des staffs face aux nouvelles problématiques rencontrées et, à l'évidence, ce nouveau magazine se devait d'être entièrement dédié à ces circonstances extraordinaires et à leurs effets sur le fonctionnement de notre rugby.

Ma dernière mandature s'achevant en cette fin d'année 2020, je tiens à remercier tous ceux qui ont œuvré à la bonne marche de TECH XV et à son développement.

Vous, anciens et nouveaux adhérents, sans lesquels notre action n'a aucun sens, qui nous avez permis, malgré les difficultés précédemment évoquées, de poursuivre notre progression en plaçant une fois encore la barre des adhésions à des hauteurs insoupçonnées!

Vous, membres du Comité Directeur, fidèles compagnons d'une aventure hautement improbable... surtout lorsque l'on prend en considération que nous sommes la seule institution légitime, reconnue, regroupant les membres de staffs, qui existe dans le rugby mondial!

Vous, enfin, salariés et intervenants de TECH XV, dont je mesure chaque jour le sérieux, l'engagement et la détermination, sans que cette implication ne nuise à votre bienveillance et votre bonne humeur - il vous en faut une belle dose avec un tel Président -!!!

Enfin, une pensée toute particulière pour notre Directrice Générale Marion Pélissié, d'une résilience et d'une fidélité à TECH XV et à ses valeurs à toute épreuve et à la compétence jamais démentie!

Je tourne très probablement la dernière page de mon parcours rugbystique... Bon vent à vous tous qui prendrez le temps de lire ces quelques lignes ainsi qu'à tous les acteurs directs et indirects du rugby français!

La bise (virtuelle bien évidemment en ces temps bien étranges).

Rugbystiquement

Alain GAILLARD, président de TECH XV



#### RAPIDE... MAIS PRÉCIS

#### CERTIFICAT DE CAPACITÉ DE « PRÉPARATEUR PHYSIQUE EN RUGBY »

Le 1<sup>er</sup> Juillet se sont tenus par visioconférence les tests de sélection pour l'entrée en formation en vue de l'obtention du Certificat de Capacité de « Préparateur Physique en Rugby ».

Gilbert Gascou et Alexis Dejardin, membres du Comité Directeur de TECH XV, ont participé aux jurys en tant que représentants des préparateurs physiques professionnels.

25 Candidat(e)s ont passé les entretiens d'une heure chacun portant sur différents thèmes : Parcours professionnel, conception de la préparation physique, mesures après-COVID, différents secteurs d'intervention, organisation et planification de la préparation physique).

D'autre part le prochain séminaire de validation aura lieu les 13 et 14 Novembre au CNR Marcoussis.

**TOUTES LES INFORMATIONS SUR WWW.TECHXV.ORG** 

#### CAMPAGNE D'ADHÉSION : SAISON 2020/2021

Nous sommes à l'heure du bilan pour la saison 2019/2020.

Nous avons terminé l'année avec **275 adhérents, un record!** Nous comptions :

- 182 entraîneurs
- 75 préparateurs physiques
- 18 analystes

Toute l'équipe de TECH XV remercie l'ensemble des adhérents pour leur fidélité et leur confiance.

De ce fait, la campagne d'adhésion pour la saison 2020/2021 est ouverte depuis le 1er Juillet 2020.

VOUS SOUHAITEZ NOUS REJOINDRE INFOS@TECHXV.ORG / 05 61 50 28 40

#### **TOURNÉE DES CLUBS**

Toujours au plus près des problématiques des membres des staffs techniques, nous avons rendu visite à 115 structures sur 128 lors de la saison 2019/2020, soit à **90% de l'ensemble des staffs**.

Pour rappel, nous rencontrons :

- Les clubs professionnels (28/30)
- Les clubs fédérale 1 (41/48)
- Les CDF pros (25/28) et de Fédérale 1 (4/4)
- Les CEL (17/18)

À noter que la tournée du TOP 16 Féminin a dû être annulée pour cause de Coronavirus.

La tournée 2020/2021 a repris depuis le début du mois de Juillet avec les staffs des clubs professionnels.



#### PARTENARIAT MYROOKIE

Première application web et mobile dédiée au recrutement sportif!

myRookie vous permet d'être mis en relation directement avec des centaines d'opportunités sportives à travers le monde. Créez dès maintenant votre compte myRookie pour mettre en avant vos annonces de recrutements ou vos recherches de postes.

ADHÉRENTS TECH XV profitez d'un accès premium jusqu'au 30 Septembre 2020.

PLUS D'INFORMATIONS SUR HTTPS://MYROOKIE.IO/ OU PAR MAIL INFOS@TECHXV.ORG

#### BILAN DU COMITÉ DIRECTEUR

Cette saison, les membres du Comité Directeur ont participé à 12 réunions en visioconférence et 1 physique. Les élus ont, tout au long de l'année, échangé et se sont positionnés sur différents sujets :

- Le début des négociations pour l'intégration des analystes rugby à la CCRP.
- Risques psychosociaux: travail sur la mise ne place de préconisations.
- · Création d'un réseau élus CSE.
- IFER: séminaire « rugby à 7 et la formation du jeune joueur » à Paris.
- La crise COVID:
- Accompagnement des adhérents et des membres des staffs.
- Accord cadre de transparence pour les baisses de salaires en TOP 14 et PRO D2.
- Protocole de reprise.

#### **LE PROJET IFER 2020/2021**

Pour cette année 2020-2021, l'IFER développe son projet autour de trois axes : la formation, l'accompagnement emploi / formation et des temps d'échanges / débats.

Ainsi, des formations comme « l'initiation à l'analyse vidéo », « management d'une équipe de joueurs professionnels » ou encore « mieux se connaître pour retrouver un emploi » seront proposées sur cette première partie de saison.

Deux séminaires seront également organisés :

- À Lyon à destination des staffs de centre de formation « Nouvelle génération : nouvelle communication ? » avec l'appui d'un expert sur le sujet.
- À Blagnac autour de la préparation physique et plus particulièrement sur « l'accélération, du sprinter au joueur de rugby » avec Guy Ontanon, spécialiste du sprint en athlétisme.

#### « DEMAIN SE PRÉPARE AUJOURD'HUI »

« Demain se prépare aujourd'hui », est un dispositif d'appui conseil carrière proposé par l'AFDAS et la branche professionnelle du sport.

Cette prestation s'adresse aux entraîneur(e)s professionnel(le)s et sportifs/ves professionnel(le)s (en CDD-S) jusqu'à 6 mois après la date de fin de leur dernier contrat (à la date de l'engagement de la prestation).

L'objectif est d'aider à réfléchir à l'(éventuelle) après-carrière et à identifier et planifier les modalités de mise en œuvre d'un futur projet. Cette prestation est effectuée par des cabinets experts sur le sujet et est financée dans le cadre des fonds conventionnels.

#### POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS :

MARIE.GUIONNET-RUSCASSIE@TECHXV.ORG - 05 61 50 97 56

#### **VISITER LE LIEN AFDAS:**

https://www.afdas.com/particuliers/services/conseil-carriere/appui-conseil-carriere-sportifs-entraineurs





... Nous autres passionnés,
entraîneurs, dirigeants, joueurs,
avons un devoir de sincérité,
de lucidité, de responsabilité
par rapport à son évolution
et à sa mission dans notre société.
Le rugby n'échappe pas à ce constat ...

"

David Courteix

n rugby, comme dans tous sports de haut niveau, le calendrier fixe de façon draconienne le rythme de vie des équipes : planning d'entraînements, enchaînement des matches et des compétitions, plages de repos, stages de reprise, vacances des joueurs...

12 mois de planification qui font l'objet de toutes les attentions de la part des staffs car il s'agit bien de placer sur ce sacro-saint calendrier les rendez-vous majeurs et les grands objectifs fixés par les entraîneurs. Le calendrier dessine donc la route d'un bout à l'autre de la saison.

Mesurons donc un instant la déflagration ressentie par le monde sportif quand, au début du printemps, a été décrétée l'arrêt immédiat de toutes les compétitions sur la planète ovale. Suivie dans la foulée d'un interminable confinement, prolongé depuis le 11 mai par un épais brouillard de mesures qui a eu bien du mal à se dissiper. Le monde sportif en a immédiatement

perdu son latin ne sachant plus à quel saint (du calendrier) se vouer. Le rugby, pris dans la tourmente de l'épidémie, et dont l'activité est restée bloquée durant plusieurs semaines, tente de retrouver une vie normale grâce à des protocoles de reprise d'activité émanant de la FFR pour le rugby amateur et de la LNR pour le rugby professionnel. De nombreux témoignages illustrent les difficultés qu'il a traversées, mais aussi la solidarité et l'ingéniosité dont il a su faire preuve. Le corps médical, les entraîneurs, les préparateurs physiques ont été nos interlocuteurs privilégiés dans la rédaction de ce 35e numéro qui donne aussi la parole à ceux qui prônent une profonde remise en question de la place que le sport (et le rugby en première ligne ?) doit occuper dans notre société.

Au moment de la reprise, TECH XV Mag vous propose un tour d'horizon complet du rugby Français, des équipes de France au secteur amateur en passant par les clubs professionnels.



# CHÔMAGE LE 7 ET LE XV FÉMININ PARTIEL

#### **SAMUEL CHEROUK**

MANAGER DU XV DE FRANCE FÉMININ

Un chômage qui concernait jusqu'à la fin du mois de mai joueurs, joueuses mais aussi les staffs respectifs de ces trois équipes de France. Contrat fédéral oblige, impossible de prolonger, malgré le confinement, une forme de travail à distance.

« Difficile à vivre, confirme en effet Samuel Cherouk, le Manager du XV de France Féminin, mais ce confinement ne nous a pas empêché de maintenir le contact entre nous. Le téléphone et toutes les formes de communication possibles nous ont permis de conserver des liens privilégiés. Très vite, il s'est installé un climat de bienveillance entre les joueuses et les membres du staff. Chacun prenant des nouvelles de l'autre, de façon régulière car la santé de toutes et tous est restée au centre des préoccupations. Le rugby est loin dans ce genre de situation. »

#### Bilan et perspective pour le staff!

La formule du chômage partiel autorisait les entraîneurs à se réunir deux demi-journées par semaine, à distance bien entendu, et de fait « ce fut l'occasion d'entamer un gros travail sur nos méthodes d'entraînement reconnaît Samuel Cherouk. Dès le coup d'envoi du confinement, nous avons analysé toutes les rencontres de l'équipe et pour aller au fond des choses, nous sommes remontés jusqu'aux matchs de la Coupe du Monde 2017. Un travail

en profondeur qui nous a permis de remettre en question nos protocoles d'entraînements. Quelques exemples: mieux aménager et optimiser les temps de récupération, accorder plus de place à la technique individuelle, élaborer des plans de développement personnalisés et réfléchir à des relations plus proches avec les clubs. Jamais nous n'avions pu dégager assez de temps pour faire un pareil bilan. C'est une opportunité que nous avons su saisir mais les autres staffs des équipes nationales ont eu la même démarche. »

La mise en commun s'est déroulée chaque jeudi en présence de tous les staffs au sein de la Commission de la Haute Performance, initiée par Serge Simon et Didier Retière, dont l'objectif avoué est de parvenir à définir un référentiel commun de jeu à toutes les équipes de France. Pour le XV féminin, un calendrier se dessine avec un stage au CNR début juillet puis une tournée dans l'hémisphère sud en octobre. Au programme, deux tests matchs en Nouvelle-Zélande et un troisième en Australie.

#### **DAVID COURTEIX**

MANAGER DE L'ÉQUIPE DE FRANCE FÉMININE DE RUGBY À 7

En 2015, l'ancien 3° ligne de l'ASM qualifie son équipe pour les Jeux olympiques de Rio en 2016. Deux ans plus tard, il amène l'équipe de France à sept féminine en finale de la Coupe du Monde, où elle s'incline face aux Blacks. Tout juste sorti du confinement, David Courteix revient sur un évènement qui selon lui doit impérativement conduire le rugby à une réflexion en profondeur.

Dans le dernier RUGBY MAG, Marjorie Mayans (internationale à 7 et à XV) admet que « finalement le point positif de ce confinement pour nous sportifs, c'est le fait d'avoir pu se ressourcer mentalement afin de retrouver les terrains avec envie et plaisir. » L'avez-vous constaté à l'intérieur de votre groupe ?

Je comprends ce que Marjorie a pu ressentir elle qui est sur la brèche depuis plusieurs saisons. Cela dit, même dans un sport collectif, les ressentis sont très différents. Certaines ont eu une baisse de moral, d'autres en ont profité pour se régénérer. Vous savez le 7 est une discipline très exigeante, c'est quasiment un choix de vie qui réclame beaucoup de discipline et un gros investissement. Globalement les filles ont bien réagi.

#### Et vous comment l'avez-vous vécu?

Avec la frustration de ne pas participer aux Jeux Olympiques bien sûr, mais j'ai pris l'habitude de vite tourner la page, et de retrouver le sens du mot « relativiser ». Pourtant je suis un être très social, j'ai en permanence besoin d'échanger, de partager des émotions. Je me suis donc retrouvé face à moi-même, face à une solitude que je n'avais pas choisie. Cette période inédite a, en tout cas, renforcé mes convictions dans ma perception du monde.

#### C'est-à-dire?

Depuis toujours, je milite pour une société plus solidaire. La nôtre a beaucoup cédé à la mode de l'homme d'action. Il faut agir certes, c'est le propre de l'homme, mais il faut aussi veiller à prendre du temps pour réfléchir et se remettre en question. Nous avons - tous les staffs des



équipes nationales - profité au maximum de ce confinement pour partager nos expériences et dessiner ensemble un projet commun de rugby à la française. C'est positif certes, mais il faut amener la réflexion encore plus loin et s'interroger sur le chemin que le rugby a choisi depuis qu'il a embrassé le professionnalisme.

#### Quelles sont les pistes de réflexion que vous proposez ?

« Le sport est un fait social total » dit l'ethnologue Marcel Mauss, c'est-à-dire un phénomène aux multiples implications, sociales, politiques, économiques. Il présuppose aussi une vision du monde soumise aux aléas de la société moderne. Le rugby n'échappe pas à ce constat. Nous autres passionnés, entraîneurs, dirigeants, joueurs, avons un devoir de sincérité, de lucidité, de responsabilité par rapport à son évolution et à sa mission dans notre société.

#### Le rugby se serait-il perdu en chemin, selon vous ?

En tout cas il n'est pas sur la bonne pente. Aujourd'hui, je fais partie des individus qui estiment que le temps est à la décroissance. Que nous devons revoir notre logiciel par rapport à notre fonctionnement pour les générations futures, en termes d'organisations des compétitions, le fameux calendrier, de politique salariale avec des salaires qui s'envolent, de management, de formation de nos jeunes joueurs. Dans une interview au Midi Olympique, Thomas Lombard parle de mettre les jeunes des Centre de Formation devant la nécessité absolue du double projet. Deux métiers valent mieux qu'un, c'est une certitude mais c'est à mon sens valable pour tous les joueurs professionnels. Notre modèle économique est fragile, on vient de le vérifier. À nous d'en imaginer un plus durable.

#### Le monde du rugby qui donnerait l'exemple, c'est votre vœu ?

Je suis persuadé que notre sport ne peut pas s'exonérer d'une action vers un fonctionnement plus vertueux. Il doit tout remettre à plat et repenser son rôle social au sein du monde sportif et donc de la société. Allons au bout de notre esprit collectif qui a fait la réputation de ce jeu, il y a quelques décennies. On a besoin de toute le monde pour avancer, c'est ce qui a fait - et qui fait encore sur le terrain - notre identité. Il n'est pas trop tard. Oui je le crois, le rugby porte en lui toutes les valeurs pour remodeler notre avenir et pour cela il faudra probablement prendre des risques et faire preuve de courage.

#### LE 7 À L'ARRÊT

#### JÉRÔME DARET

#### MANAGER DE L'ÉQUIPE DE FRANCE MASCULINE DE RUGBY À 7

Battue par le Canada, le Pays de Galles et les Fidji dès la phase de poule, l'équipe de France à 7 quitte le Tournoi de Vancouver, le 8 mars, avec le sentiment qu'il lui faudra probablement passer par le Tournoi Qualificatif Olympique pour enlever son billet pour le Japon.

Une semaine plus tard, le confinement est décrété par le gouvernement sur l'ensemble du pays en même temps qu'une lourde menace plane sur l'organisation de la 32<sup>e</sup> Olympiade.

Le 30 mars, le CIO officialise son report à l'été 2021. « Bien sûr que nous avons tous été très déçu en apprenant la nouvelle confirme Jérôme Daret, le Manager des septistes masculin, mais en même temps l'équipe était dans l'expectative par rapport à sa participation. Et puis nous n'étions pas habités par un sentiment d'injustice vu que tout le monde était logé à la même enseigne. En revanche, très vite, on s'est inquiété de la reprise et du futur calendrier alors que la FFR plaçait en chômage technique joueurs et staffs des deux équipes de France à 7 ainsi que du XV féminin. »

Les joueurs de l'équipe de France à 7, qui passent en moyenne 220 jours par an en dehors de la maison, sont habitués à une certaine autonomie en termes de repos et de récupération. C'est donc dans un climat de confiance vis-à-vis des joueurs que le staff de l'équipe de France a vécu ce confinement « avec tout de même quelques outils précise Jérôme Daret, notamment grâce à la mise en place de la part de la FFR d'une veille médicale et d'un suivi psychologique auprès du groupe. Gestion du sommeil, apprentissage de la méditation, et bien entendu quelques fiches pratiques pour garder un état de forme à minima. »

#### Feu vert médical

Début juin, Jacques Girardin, le médecin de l'équipe, a fait passer des électrocardiogrammes et des tests sérologiques à l'ensemble de l'équipe. (voir article page 28) « C'est le premier filtre par lequel doit passer le joueur,



#### JACQUES GIRARDIN

#### NOUS AVONS TESTÉ TOUT LE MONDE.

Depuis le déconfinement, tous les joueurs et joueuses sous contrat fédéral et membres des équipes de France (7 masculin et féminin et XV féminin) ont été testés, auxquels il faut rajouter l'ensemble du Pôle France Féminin ainsi que les arbitres du secteur professionnel. « Au total, une bonne centaine d'athlètes estime Jacques Girardin, le médecin chef du plateau médical de la FFR. » Un bilan complet leur a été proposé avec un questionnaire d'évaluation portant sur les 3 mois d'inactivité, au plan physique et psychologique, suivi du test sérologique et de l'incontournable électrocardiogramme.

Au bilan drapeau vert ou drapeau rouge : « Pour l'instant, 2% seulement de cette population ont été testés COVID + mais sans gravité apparente, sans hospitalisation. Ces 3 cas sont suivis de près et questionnés quotidiennement à distance. Au CNR, nous avons les bilans à jour pour chaque joueur ou joueuse, saison après saison, et les comparatifs sont donc faciles à faire au moment de leur donner, ou pas, le feu vert, reconnaît le médecin fédéral. » Globalement, les résultats sont rassurants, il reste désormais à remobiliser au plan athlétique tout ce petit monde. Un domaine qui préoccupe Jacques Girardin : « pendant le confinement, j'étais le seul habilité (chômage partiel oblige) à pouvoir leur donner des conseils. Et en l'occurrence le message était simple, pas d'efforts au-delà de 80% de votre capacité cardiaque. Maintenant, le groupe est en bonne santé mais il faut le sortir de cette phase de désentraînement qui peut, si on ne prend pas de précautions, être source de blessures, notamment au plan musculo-tendineux. » Les congés d'été pris au mois de juillet seront donc accompagnés d'un programme physique personnalisé afin de récupérer l'ensemble du groupe au mois d'août pour aborder une nouvelle phase d'entraînement propre à une activité rugby de haut niveau.





explique Julien Robineau le préparateur physique du groupe masculin, avant d'envisager quoi que ce soit en termes de réathlétisation. Une fois obtenu le feu vert médical, nous leur avons envoyé un questionnaire sur la manière dont ils avaient vécu les conditions du confinement en sachant bien qu'ils n'ont pas tous bénéficié d'un jardin devant la maison. En fonction des réponses, il leur a été proposé un programme physique en autonomie sur le mois de juin avec quelques outils indispensables pour que je puisse les suivre à distance : Cardiofréquencemètre et GPS bien sûr, mais aussi la possibilité de quan-tifier leur propre charge de travail grâce à la méthode RPE (Raiting of Perceived Exertion). Il s'agit pour eux d'évaluer sur une échelle de 1 à 10 l'intensité de leur séance. La note de 10 étant similaire à l'effort en haute compétition.

Chaque soir, je peux grâce à ses outils mesurer leur ressenti, leur évolution et prévenir les problèmes comme par exemple détecter une suspicion de surentraînement ou à contrario un déficit. »

Mardi 30 juin, World Rugby annule les Tournois de Paris et Londres

« Mais aussi de Singapour et Hong Kong, rajoute Jérôme Daret, mais ce n'est pas une surprise, dans la mesure où trop de pays sont concernés par le Seven Series. Reste un espoir avec les tournois de Dubai et Cape Town au mois de décembre. Et peut-être de voir des hypothèses se transformer en réalité mais il est trop tôt pour

en parler conclût le Manager des septistes tricolores. » Jérôme Daret, le Manager du 7 masculin, et Julien Robineau, le préparateur physique, ont tout de même rendu visites à leurs joueurs lors de brefs rassemblements à Paris, Bordeaux et Montpellier courant juin, avant de réunir à Marcoussis, début juillet, staff et joueurs pour un bilan global après trois mois de séparation. Au programme de l'été, 4 semaines de congés en juillet, puis reprise des entraînements pour que, fin août, tous les joueurs du groupe soient revenus à 100% de leur capacité.

#### **LES STAFFS AU BOULOT**

#### RAPHAËL IBAÑEZ

MANAGER GÉNÉRAL DE L'ÉQUIPE DE FRANCE DE RUGBY

Fabien Galthié et son staff avaient planifié les saisons du XV de France jusqu'à la Coupe du Monde 2023. Mais début mars, quand World Rugby prend la responsabilité d'arrêter le Tournoi, l'encadrement technique du XV de France, outre la déception passée, décide de ne pas perdre une minute et se met immédiatement au travail.

« On comprend tout de suite que les équipes les plus fortes seront celles qui vont adopter un modèle de fonctionnement plus adaptatif. C'est même devenu une conviction au sein du staff, analyse avec un peu de recul Raphaël Ibañez. Chacun s'est donc plongé dans le détail de son domaine d'expertise avec beaucoup d'appétit, Laurent Labit sur l'animation offensive, Karim Gezal sur la touche, William Servat sur la gestion des rucks, sans oublier la défense et le jeu au pied avec nos techniciens britanniques. » De son côté, la Commission de la Haute Performance allait, au cours de la période de confinement, remplir totalement sa mission en réunissant régulièrement tous les staffs des équipes de France. Objectif de Serge Simon et Didier Retière, les patrons : « bâtir un langage commun joueuses et leur intégration dans les différentes sélections, ce qui au final ne peut que renforcer notre identité. »

#### Main dans la main avec les clubs

Depuis le 11 mai, les clubs ont peu à peu récupéré leurs joueurs pour une remobilisation athlétique dans la perspective de la reprise des championnats début septembre. Un domaine où le staff du XV de France n'a pas d'autre solution que de faire confiance aux clubs. Une évidence pour Raphaël Ibañez : « les clubs œuvrent au quotidien depuis de semaines pour relancer la machine, par respect pour eux et leur travail nous veillons à ne pas faire d'ingérence dans leur vie. Cela étant, notre but est de rester connecté avec nos joueurs comme nous l'avons fait cet hiver en leur rendant visite mais en toute transparence et en accord avec leur encadrement technique. Je pense qu'à partir de la mi-août, on pourra reprendre le chemin des clubs. Notre philosophie en la matière est de rester au contact des clubs, d'entretenir avec eux des liens privilégiés de manière à renforcer la cohésion de notre jeune équipe de France. Il en va de la légitimité du rugby français. »

# Photo S. I. Picarel / France Rugby

à toutes les équipes de France, inventer un outil numérique capable de recueillir et de partager toutes les données des joueurs et joueuses. Une expérience d'une grande richesse, juge Ibañez, qui va faciliter le suivi des joueurs et des

#### L'automne sera chaud!

Malgré le confinement et la séparation toujours de mise, le staff du XV de France a fait une totale confiance à ses joueurs : « à telle enseigne, avoue Raphaël Ibañez, que le lien créé cet hiver n'a pas été rompu. L'état d'esprit général est excellent, la flamme est entretenue, ça se sent. Il y a même de l'impatience quand on évoque avec eux les rencontres de l'automne, même si le calendrier n'est pas encore validé à ce jour. Quand ce match face à l'Irlande a été reporté, il y a eu de la frustration car l'ensemble du staff souhaitait tester le groupe après la déception engendrée par la défaite face à l'Écosse. Les tests en Argentine devait aussi nous renseigner sur sa capacité à réagir. Notre équipe est jeune mais cet automne doit nous permettre de gagner deux places au classement international afin de sortir tête de série au moment du tirage au sort des poules de la Coupe du Monde en France. »

#### MOINS DE 20 ANS : CHAMPIONNAT DU MONDE EN ITALIE ANNULÉ



#### PHILIPPE BOHER MANAGER DE L'ÉQUIPE DE FRANCE DES MOINS DE 20 ANS

« Quand on a appris que nous ne jouerions pas notre dernier match du Tournoi face à l'Irlande, la frustration a été très importante autant chez les joueurs qu'à l'intérieur du staff analyse avec le recul Philippe Boher, le Manager des moins de 20 ans. Mais sans comparaison avec l'annulation du Championnat du Monde qui devait se disputer en Italie fin juin-début juillet. Cette croix rouge sur le calendrier, certains joueurs ne sont pas prêts de l'oublier, surtout ceux qui, du coup, rateront la prochaine édition vu leur âge. Je pense aussi au défi que le groupe s'était lancé en misant sur un troisième titre consécutif. Il a fallu l'accompagner afin qu'il digère la déception. »

#### Un mal pour un bien

« Cela étant, cette interruption brutale nous a amené à faire un débriefing très complet du Tournoi, plus en profondeur que par le passé car nous avions tout le temps devant nous. Nous l'avons fait avec les staffs des moins de 18 ans et celui de France Développement. Au total, un groupe de 80 à 90 joueurs. On a identifié les forts potentiels dans les trois groupes et partagé nos données avec le staff du XV de France, car depuis cette saison, nous travaillons de manière globale

avec l'ensemble des staffs des différentes équipes de France (voir pages 26 et 27). Les portes sont désormais ouvertes entre les équipes et il n'était pas question que le Coronavirus vienne remettre en question notre manière de fonctionner. »

#### Tour de France des clubs

Reste maintenant à accompagner les joueurs dans leur protocole de remobilisation athlétique, en collaboration avec leur staff respectif bien entendu au sein de leur club et plus précisément de leur Centre de Formation. « Un dispositif que nous allons mener en juillet et en août avec Sébastien Calvet (France moins de 18), Jean-Marc Béderède (France Développement) et bien sûr Sébastien Piqueronies, le Manager de France Jeunes. Çe sera aussi l'occasion pour nous, poursuit Philippe Boher, d'échanger avec leurs entraîneurs au cours de cette tournée. Cependant, nous sommes restés en contact avec eux, par téléphone, visioconférences, mail durant tout le mois de juin pour conserver un lien étroit. Nous devons également définir un objectif concret en termes de compétition et pour cela nous attendons avec une certaine impatience la décision du Comité du Tournoi des 6 Nations sur la possibilité de joueur ce fameux dernier match du Tournoi 2020 face à l'Irlande.»

#### THIERRY ANTI

président de 7 Master, syndicat des entraîneurs de Handball

1

Comment votre sport a-t-il vécu et géré la crise sanitaire ?

Le Hand Français a réagi très vite. La priorité a été le plan sanitaire comme dans tous les sports. Notre commission médicale, qui a d'ailleurs beaucoup travaillé avec le rugby, a relayé auprès des clubs toutes les décisions et consignes gouvernementales. Parallèlement, la Ligue a acté l'arrêt du championnat, attribué le titre au Paris-Saint-Germain et qualifié les 5 premiers pour les prochaines Coupes d'Europe. Et a aussi profité de l'occasion pour passer de 14 à 16 clubs en ne faisant pas descendre les deux derniers de la Lidl Star Ligue et en accueillant les deux premiers de la Pro Ligue.

2

Quel est le rôle de votre syndicat au cours de cette période? Tous les lundi matin, notre syndicat a réuni ses adhérents par petit groupe afin d'accompagner les entraîneurs dans cette période compliquée. En même temps, j'ai créé « hanDemain » un groupe informel de 17 personnes (média, président, joueur, entraîneur, Manager, arbitre, secteur féminin) afin de réfléchir à des évolutions possibles. Deux axes de réflexion : comment faire évoluer les règles et comment rendre notre sport plus attractif. Pourquoi ne pas imaginer des quarts temps de 15 min façon basket, des primes aux buts marqués au-delà des 9 mètres, ce qui aurait pour effet d'ouvrir la zone défensive. Ces idées seront portées par Patrice Canayer (entraîneur de Montpellier) lors du Symposium International à la fin du mois. Des modifications qui pourraient être testées en vue d'une application aux prochains JO, si bien sûr la Fédération Internationale les juge positives.

3

Comment envisagez-vous l'avenir immédiat ?

Après une saison au Sporting de Lisbonne, je reviens en France pour entraîner Aix-en-Provence. Je vais découvrir l'équipe début août afin d'entamer la préparation de la saison qui débutera le 23 septembre. Deux choses pourtant me préoccupent, tout d'abord la période d'élection à la Fédération et à la Ligue prévue à l'automne et qui risque de freiner l'élan collectif née de la pandémie. Et surtout le calendrier à venir qui pourrait conduire un joueur international à faire 90 matchs dans la saison marquée par les Championnats du Monde en Egypte en janvier, les Jeux de Tokyo à l'été 2021 et bien entendu les championnats nationaux et la Ligue des Champions. Plus de matchs, c'est forcément moins d'entraînements et plus de blessures. Les joueurs sont en danger mais c'est à eux de réagir et d'aller à l'affrontement pour revenir à un calendrier équilibré et cohérent.

#### **JOSÉ RUIZ**

président de SCB, le syndicat des entraîneurs de Basket-Ball

Le 19 mars, quand la Ligue a stoppé le championnat à l'issue de la 25° journée, naïvement, nous étions persuadés de repartir deux ou trois semaines plus tard. On connait la suite. C'est donc avec calme et sérénité que nous avons pris le temps d'une large consultation pour gérer au mieux la crise. Le SCB a préconisé de geler la saison des deux championnats professionnels, pas de champions, pas de descentes, pas de montées. La Ligue a suivi, à l'image de celle du rugby. Dans la foulée, nous avons créé 4 commissions : comment sortir de la crise, élaboration de protocole de reprise, audit financier et gestion de l'avenir. Tous les acteurs du basket professionnel y ont participé et nos adhérents ont été régulièrement consulté pour faire des propositions et contribué à l'avancée des travaux.

Notre mission a été de faire consensus autour de ces nombreuses problématiques liées à l'épidémie. Mais au-delà de ça, les entraîneurs de basket ont entamé, il y a trois ans déjà, une réflexion sur l'avenir de notre sport qui tourne autour d'une interrogation majeure : comment rendre notre basket plus Français quand on sait que dans un club professionnel, sur 12 contrats, 6 sont Américains. Comment renforcer notre identité mais aussi comment faire évoluer les compétitions ? Des questionnements qui d'ailleurs touchent aussi d'autres sports et que la crise a exacerbés. Le plan stratégique qui a été voté en 2018 a été un peu ralenti durant cette période mais il est toujours d'actualité.

Le championnat de PRO B reprendra mi-septembre et le JEEP ELITE fin septembre, à condition que le huis clos ne soit pas appliqué. S'il le faut, nous retarderons la reprise de deux ou trois journées. Pour l'instant, peu de clubs ont repris le chemin de l'entraînement collectif et les staffs restent très attentifs aux consignes sanitaires préconisées par notre Commission Médicale. Tout ce qui a été décidé dans le basket Français l'a été de façon collégiale ce qui m'amène à dire aussi que l'ensemble du sport Français a bien géré cette crise, aidée en cela, c'est vrai, par un Ministère à la hauteur des enjeux. En France, on a bien compris que ce n'était que du sport.



# UNE REPRISE PAS COMME LES AUTRES



#### **NICOLAS GODIGNON**

MANAGER DE LA SECTION PALOISE

« Nous avions vraiment hâte de nous retrouver. s'empresse de préciser Nicolas Godignon, le Manager de la Section Paloise. J'ai trouvé tous les joueurs en bonne forme et même plutôt sereins malgré la période compliquée que nous venions de vivre et qui n'est d'ailleurs pas terminée. Une cellule psychologique leur a été mise à disposition durant tout le confinement sur la base du volontariat. Certains ont manifesté de l'anxiété et un peu de stress mais globalement tout s'est bien passé y compris pour les quatre garçons touchés par la COVID-19 dont les cas n'ont pas nécessité d'hospitalisation. » L'ensemble du groupe a surtout mis à profit la crise pour se régénérer. C'est le sentiment de Ian Cleland, le préparateur physique du club Béarnais : « Et aussi pour soigner les petites blessures que certains traînent toute la saison. À ce jour, les tests sont bons même si on constate quelques différences entre les joueurs au niveau de la masse grasse. Je suis persuadé que la grande majorité a bien travaillé pendant le confinement tout en respectant les consignes de prudence. Le protocole de la LNR est très bien vécu par les joueurs même s'ils ont très envie de toucher le ballon dans des séances collectives. »

Une opportunité que ce confinement!

À telle enseigne que Nicolas Godignon est prêt à parier que : « certains joueurs ont probablement gagné un à deux ans de carrière grâce à cette coupure de quatre mois sans matchs et sans entraînements intensifs. Un peu comme Ritchie Mac Caw et Dan Carter qui avaient fait une pause de sept mois entre les Coupes du Monde 2011 et 2015. » Une pause qui était inscrite en toutes lettres dans leur contrat avec la Fédération Néo-Zélandaise, soucieuse quant à elle de ménager

les deux cadres de l'équipe, indispensables à la réussite des All Blacks. Le coach de la Section en rajoute une couche, convaincu que: « c'est la plus complète, la plus sérieuse, la plus respectueuse au plan médical, des préparations physiques, que nous sommes en train d'entamer en vue de la reprise du championnat. Qui aura aussi le mérite de mettre tout le monde sur le même pied d'égalité contrairement aux saisons précédentes ou les quatre demi-finalistes voyaient leur plage de repos réduite à quatre semaines. »

#### Et si on parlait de jeu?

Sans entrer dans les détails, secrets industriels oblige, Nicolas Godignon le reconnaît : « ce confinement a permis de revoir notre projet de jeu qui affichait un bilan plutôt moven malgré la victoire face à Montpellier lors de la 17e journée (date officielle de la fin de la saison), 12e au classement avec la 12e attaque et la 8e défense du TOP 14, on doit faire mieux. Pour cela, on a travaillé et échangé avec les staffs des autres clubs dans des visioconférences très enrichissantes et animées par Pierre Mignoni. Il y avait au cours de ces réunions une effervescence intellectuelle stupéfiante. Au quotidien, nous vivons les mêmes problématiques et bien que nous sovons terriblement concurrentiels, les discussions étaient franches et ouvertes. » Le staff de la Section Paloise a poussé le bouchon encore plus loin en partant à la recherche d'un regard extérieur critique sur son propre jeu. Via le satellite, destination la Nouvelle-Zélande par l'entremise de Conrad Smith qui a sollicité le staff des Hurricanes (son ancienne équipe) pour une analyse croisée des deux plans de jeu. « On a beaucoup appris sur nous, admet honnêtement Nicolas Godignon, et notre projet de jeu devrait bénéficier de tous ces échanges. »

#### PIERRE MIGNONI MANAGER DU LOU RUGBY

#### Comment avez-vous vécu ces quatre derniers mois?

Les quinze premiers jours après la 17<sup>e</sup> journée furent très difficiles. L'arrêt brutal de la saison, l'urgence de vite mettre en place un programme individuel pour chaque joueur à domicile, le confinement généralisé, sincèrement je n'étais pas très bien. Au point d'être désagréable avec mon entourage proche jusqu'à que je comprenne que j'allais retrouver mes valises sur le palier (*rires*).

Mais je reconnais qu'à un moment j'ai eu peur de tout perdre, ma passion, mon métier et l'équilibre dans ma vie personnelle. qui nous a permis de confronter nos propres conclusions. Le tout dans une ambiance conviviale certes mais qui d'une certaine manière nous rapprochait du terrain.

#### Comment s'est déroulé ce mois de juin et les deux premières phases du protocole de reprise ?

Nous avons la chance de pouvoir utiliser deux structures autonomes, deux terrains et deux salles de musculation ce qui nous a permis de faire travailler deux groupes de joueurs en même temps tous les matins. Au plan médical, Romain Loursac veille scrupuleusement à ce que tous les gestes barrières et les consignes du protocole de reprise de la LNR soient respectés à la lettre. Et là je dois dire que les joueurs ont été exemplaires. Nous avons rajouté des



#### Vous viviez encore avec l'espoir de reprendre le championnat ?

Absolument! Pendant un mois, l'ensemble de l'équipe a continué à y croire, jusqu'à l'annonce de l'arrêt définitif de la saison. Nouveau coup dur, un véritable trou d'air! Il a fallu que je fasse un travail sur moi pour digérer la pilule et tirer du positif de cette situation incroyable. J'ai immédiatement instauré un contact avec les joueurs et le staff mais en laissant le rugby de côté. On a échangé sur ce qui nous arrivait, sur l'actualité, en prenant des nouvelles des uns et des autres. Nous nous sommes, probablement comme tout le monde, recentrés sur l'essentiel, la santé, la famille, les proches. Et puis, petit à petit, on s'est remis au travail avec le staff en se demandant ce que l'on pouvait améliorer à tous les niveaux de notre fonctionnement.

#### Difficile de sortir de l'isolement j'imagine...

On a travaillé tous les aspects de la vie du club et chercher des portes de sortie pour respirer un peu. L'idée nous est venue avec mon ami Joe El Ab (Manager d'Oyonnax avec qu'il a joué au RCT) de faire des matchs à distance. Nous avons donc choisi trois matchs récents chacun que nous nous sommes envoyés pour que nos staffs respectifs y décèlent des points forts et des points faibles, secteur par secteur afin de dégager des stratégies pour remporter le match. Terrain de jeu, l'application Zoom et un bon débat

bilans physiques et psychologiques pour chaque joueur afin d'être vraiment rassurés sur leur état de santé.

#### Le contact est désormais renoué avec l'ensemble de l'équipe. Comment l'avez-vous abordé ?

Nous avons laissé le rugby de côté trois jours durant début juillet. Pas de tests, pas d'entraînements, mais un rappel de ce qui constitue notre identité, notre culture, notre état d'esprit. Vous savez que le loup reste notre emblème, notre animal fétiche. Nous avons donc décidé d'aller à sa rencontre, de vivre avec lui, de dormir à côté, de le nourrir et de regarder vivre la meute à laquelle on veut ressembler. L'endroit est resté secret mais l'expérience a contribué à renouer les liens qui nous unissent. Mon autre souhait était de se reconnecter à la ville, en mettant en valeur sa capacité à la Résistance, qui, à Lyon, on le sait tous, a une résonnance particulière. En plein centreville et en public, nous avons diffusé un film qui vante les mérites de cette ville, celles de cette équipe qui s'est reconstruite au milieu des loups et qui, maintenant, forte du soutien de ses supporters, s'apprête à relever les défis que nous proposera le championnat.



#### « LES QUESTIONNAIRES MÉDICAUX ONT RÉVÉLÉ DES FRAGILITÉS QUE DES JOUEURS N'OSAIENT ÉVOQUER DE VIVE VOIX »



#### **LAURENT SEMPÉRÉ**

MANAGER ADJOINT DU STADE-FRANÇAIS

Le futur adjoint de Gonzalo Quesada, à la tête du staff du Stade Français la saison dernière avec Julien Arias, estime que la terrible trêve imposée par la COVID a toutefois eu un double effet bénéfique : reposer les corps tout en poussant certains joueurs à se livrer sur quelques angoisses trop souvent étouffées.

#### Comment le jeune entraîneur que vous êtes a vécu cette période COVID ?

Déjà, je tiens à insister sur le fait qu'on ne va parler « que » de rugby alors que la pandémie a fait des morts, des malades, a mis une économie par terre et a contraint les personnels soignants à bosser comme des fous. Le sport était pour moi au second plan. J'ai eu souvent Jérôme Fillol au téléphone, dont les deux restaurants étaient à l'arrêt forcé sur Bordeaux, avec toutes les conséquences financières facilement imaginables. Les vrais problèmes ont été ceux-là. Nous, à côté, ce n'était rien du tout. Pour ma part, cette période m'a permis de prendre le temps de mettre mon plan de jeu noir sur blanc, de me poser, de réfléchir à ce que j'avais

vraiment envie de mettre en place, à ma vision du poste. J'étais devenu entraîneur d'une manière furtive, tout s'était enchaîné très vite. Là, j'ai eu du temps. C'est le pan positif. La déception, bien sûr, est venue de l'arrêt de la saison. Mais j'ai vite compris que ce qui nous frappait dépassait allégrement le cadre du sport. Je suis devenu citoyen avant d'être entraîneur. La vision du lendemain a changé pour tout le monde.

#### Vous avez eu un doute sur votre envie de poursuivre comme entraîneur ?

Non, pas du tout. Au contraire, je sors de cette période renforcé, plus motivé que jamais. Je me suis focalisé sur deux paramètres : la culture et le club. Et ils sont intimement liés. Le jeu et l'ambiance ne peuvent pas être décorrélés du passé du club, la question de l'identité est essentielle.

#### Quelle organisation avez-vous vite mis en place au Stade-Français pour gérer la crise, votre dernier match remontant au 1<sup>er</sup> mars à Toulon?

Les préparateurs physiques ont été importants pour les joueurs, la relation a été permanente pour répondre aux besoins, de s'entraîner ou pas, ou aux questions sur la COVID et sa gestion. Avec Julien (Arias, son alter-ego comme entraîneur adjoint), on a pris le parti de ne pas submerger les joueurs. On les appelait une

fois par semaine minimum en se relayant afin de changer les discours et d'éviter la monotonie. Le docteur le faisait également parfois de son côté. Surtout, très rapidement, on leur a envoyé un questionnaire psychologique hebdomadaire pour être certains de la stabilité des joueurs sur ce plan.

#### Vous avez eu des retours étonnants, avec une angoisse perceptible ?

Oui. Et certains joueurs qui semblaient sereins et solides lors des échanges téléphoniques, car on dévoile très peu nos faiblesses dans ce milieu, ont livré des confidences très différentes sur papier avec ce questionnaire. Dès qu'il y avait une alarme quelconque, on faisait intervenir le psychologue du club (Pascal Niggel), soit en visio collective une fois par semaine, soit en visio personnelle avec le joueur concerné, afin qu'il donne un cadre, des conseils de lecture ou de loisirs pour s'alléger et se déstresser. La cellule médicale a été exceptionnelle durant cette période, avec des changements et des adaptations permanents. On a la chance d'être bien pourvu sur le plan médical avec la structure privée (IMSS, Institut Médical Sport Santé) qui est basée à Jean-Bouin. Elle a été capitale lors de la seconde phase, celle de retour au club. Nous avons pu passer tous les tests sur place et l'équipe a pris le relais des kinés de ville qui avaient pu intervenir dès le déconfinement auprès des joueurs blessés notamment. C'est un confort énorme.

#### Dès que Paris a été déconfiné, vous vous êtes retrouvés ?

Non. Ce confinement n'a pas été des vacances, les joueurs ont été très éprouvés psychologiquement. Avec Julien, on a donc jugé pertinent de les libérer quinze jours, qu'ils puissent couper vraiment, se ressourcer, prendre l'air, quitter Paris s'ils le pouvaient. Le déconfinement a eu lieu le 11 mai et on les a retrouvés le 8 juin pour des tests médicaux (sanguins, PCR, d'efforts, IRM, check-up) avant d'entamer la préparation physique le 15 juin. Cette phase de tests était

importante pour les joueurs, pour les rassurer, et également pour nous, coaches, car nous avons la responsabilité de ne mettre personne en danger.

#### Dans quel état avez-vous retrouvé les ioueurs ?

La très grande majorité avait pris soin de son corps. Sur la force pure, ils avaient perdu. Dans le domaine de l'aérobie, on pensait qu'ils perdraient davantage. En fait, ils étaient dans le meilleur état possible vu les conditions de confinement à Paris, souvent dans des petits appartements, avec des temps très limités de sortie pour pouvoir aller courir, avec les parcs publics fermés, rien à voir ce que certains joueurs de TOP 14 en Province, installés dans des maisons, ont pu connaître. Aucun de nos joueurs n'avait quitté la France. Pour ceux du Pacifique, ce fut extrêmement compliqué car, du Pacifique justement, leurs familles avaient l'impression que Paris était un désastre, c'est l'image que les médias ont renvoyée. Il y avait un besoin mutuel et permanent de communiquer pour se rassurer. Les troubles constatés ont donc été plus psychologiques que physiques.

#### Comment s'est déroulée la reprise de la préparation physique le 15 juin ?

Comme dans tous les clubs, par six petits groupes de six, avec de la muscu, du cardio, du gainage. Pour nous, les coaches, ça faisait du boulot multiplié par six, donc des longues journées. On a aussi développé une application pour réguler la circulation dans le stade, pour éviter que les groupes se croisent selon la capacité des espaces, sous contrôle du docteur.

#### La reprise a été extrêmement progressive. Et frustrante ?

Le protocole a distingué plusieurs étapes. Quand le retour au collectif a été possible, on s'est d'abord contenté de réunions. On n'a repris les séances tous ensemble et avec contact que le mercredi 1er juillet. On était comme des lions en cage.

La reprise du championnat est prévue le 4 septembre, après donc six mois sans compétition, ce qui n'arrive jamais sans une grosse blessure. Quels seront les risques à éviter?

Cela a été une aubaine pour les joueurs de reposer leur corps aussi longtemps sans prendre de coups, même si mentalement la période n'a pas été agréable. Evidemment, avec Gonzalo (Quesada, de retour au club comme Manager) et Julien, on va prendre tout ça en considération. Le risque de « surblessure » est important.



Vous, en tant que coach entraîneur, vous sortez de cette période en étant différent ?

Oui car en inactivité on se pose forcément beaucoup de questions. C'est le propre de l'être humain : on se remet en question, on se penche sur nos propres capacités. Entre entraîneurs de TOP 14, on a pu échanger en groupe via les réseaux sociaux, avec des visios une fois par semaine. Ces conférences enrichissantes m'ont beaucoup appris, j'ai souvent écouté sagement pour me nourrir des réflexions de Pierre Mignoni ou Franck Azema, par exemple, les plus expérimentés d'entre nous. Il y a eu de l'entraide y compris entre entraîneurs traditionnellement en confrontation directe. C'est ce qu'il faut garder.



#### PROTOCOLE DE REPRISE : LE CASSE-TÊTE CARCASSONNAIS



La « légèreté » des installations du club audois, tout comme ses moyens humains limités, rendent encore plus complexe l'application du lourd protocole de reprise mis en place par la LNR.

#### **CHRISTIAN LABIT**

MANAGER DE L'UNION SPORTIVE CARCASSONNAISE

Il ne s'en cache pas : « Les structures d'entraînement ne sont pas dignes du niveau auquel nous sommes. » Quand certains clubs bénéficient d'installations dernier cri et spacieuses, Carcassonne doit jongler sur deux sites en semaine, le terrain d'entraînement n'étant accessible qu'après un trajet en voiture depuis le lieu de vie et la salle de musculation. Un fonctionnement « amateur » qui pourrait connaître des avancées en « janvier ou février ». « Je crois que les joueurs méritent mieux par rapport à leur investissement. Cela fait longtemps que je le clame et je crois que la mairie l'a entendu avec une volonté de faire des efforts pour que nous ayons des moyens de qualité », poursuit le boss audois.

Les préparateurs physiques effectuent un boulot de fou

En attendant, il faut bien bricoler, qui plus est avec des moyens humains limités. Et la lourdeur du protocole sanitaire mis en place par la Ligue pour la reprise d'activité n'a rien arrangé. Bien au contraire. « C'est très difficile par rapport à la gestion du groupe. Cela implique une organisation compliquée avec des tests hebdomadaires », reprend Labit, dont le groupe a repris le chemin de l'entraînement le 15 juin après avoir débuté les tests (sanguins, urinaires et PCR) une douzaine de jours auparavant. « Nous faisons avec les moyens que nous avons mais c'est draconien, raconte-t-il. Les préparateurs effectuent un boulot de fou. Ils s'y emploient parce qu'ils n'ont pas le choix. Ils savent ce qu'ils font, sont vraiment investis. Aujourd'hui, ce sont eux qui gèrent, je leur laisse les clés du camion. » En cette période exceptionnelle, après 13 semaines d'arrêt, Nicolas Bouriette et Laurent Delahaye, les deux préparateurs physiques du groupe pro, sont ainsi rejoints par deux collègues, qui officient habituellement auprès des jeunes et du centre de formation. Un renfort qui n'est pas de trop face au protocole, qui a dû être adapté par rapport aux préconisations initiales. Nicolas Bouriette explique : « À la base, chaque groupe devait être composé de quatre joueurs et d'un seul encadrant pour n'arrêter qu'un seul groupe dans l'hypothèse d'un cas positif au COVID. Comme nous n'avons pas de moyens humains pléthoriques, nous avons fait six groupes de six et doublons avec mon collègue. »

#### Travail « sous-maximal »

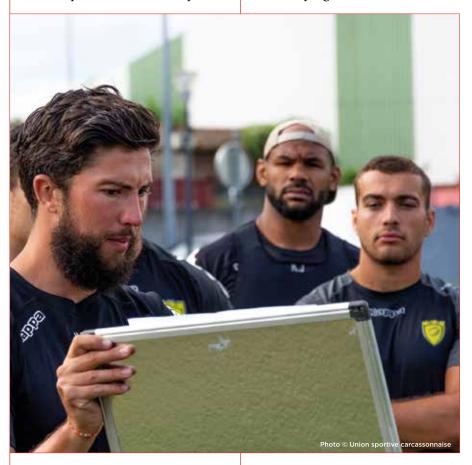
De cette organisation découle forcément une cascade des problématiques. La répartition des groupes tout d'abord. Elle peut se faire en fonction du niveau, de l'âge parfois pour les joueurs aux pathologies tendineuses récurrentes, mais aussi des postes, en sachant que l'USC a fait le choix de ne pas regrouper dans un même groupe des joueurs évoluant tous au même poste afin de ne pas se retrouver en difficulté en cas positif. Les cas positifs justement. Les tests initiaux (le PCR est renouvelé chaque semaine) ont permis de révéler que deux joueurs avaient contracté le COVID-19 sans en manifester les symptômes. Il n'empêche, tous deux doivent se soumettre à des contraintes supplémentaires. « Ils sont obligés de porter une ceinture de fréquence cardiaque lors de chaque effort et nous réalisons un travail sousmaximal, à 80 % », détaille Bouriette.

#### Seulement deux heures de présence la première semaine

Et de dévoiler le protocole mis en place pour la phase 2 (réathlétisation) dans le club de la préfecture audoise, avec seulement deux heures de présence journalière la première semaine : « Le premier groupe arrive à 8 heures et le dernier à 15 heures afin que personne ne se croise.

Les joueurs doivent prendre leur température chez eux, remplir un questionnaire COVID que nous recevons via une plate-forme afin de vérifier qu'il n'y aucun souci. Une fois arrivés changés à la salle de musculation, l'encadrant du groupe prend leur température. S'ensuit une désinfection des mains, les explications sur la séance d'une heure avec un pôle d'exercice où ils restent sans tourner et qu'ils désinfectent une fois qu'ils ont terminé. Ils partent

adressions à un public non sportif, non aguerri. Nous avons ensuite un peu augmenté les activités avec le calendrier suivant : réathlétisation du 15 au 30 juin, intégration des dernières recrues les 1<sup>er</sup>, 2 et 3 juillet, reprise progressive du collectif le 6 juillet avec un stage prévu à partir du 27 juillet. Et les matchs amicaux, les 14, 21 et 28 août seront précédés d'une semaine de vacances. La reprise des contacts se fera de manière progressive, sous forme de



ensuite pour une heure sur le terrain. Ils effectuent des reprises d'appuis et « piétinements » sur deux jours, des courses et tout ce qui est VMA sur deux autres jours. »

#### 4 à 6 semaines de remise à niveau et des craintes...

Bouriette enchaîne : « Ce n'est pas vraiment une pré-saison habituelle mais très, très progressive. C'est presque comme si nous nous skills, afin de les maîtriser et de les surveiller », conclut celui qui parle d'une pré-saison « vraiment pas habituelle mais très, très progressive, s'adressant à « un public non sportif, non aguerri » et estimant « entre 4 et 6 semaines » le délai pour retrouver un niveau correct à même de gommer le désentraînement causé par le confinement. Sans oublier les craintes de casse potentielle suscitées par la suite : la réaction des corps face l'intensification des charges de travail et au retour des contacts.



#### **RÉACTIONS ... VUE D'EN BAS**

Le gel de la saison 2019/2020, sans relégation en Fédérale 1 ni attribution de malus, permet aux deux promus, Rouen et Valence-Romans, relégables au moment de l'arrêt de la PRO D2 au soir de la 23° journée, de se voir offrir un maintien mal engagé. Et donc de repartir sur la ligne de départ du deuxième échelon professionnel en septembre.



Depuis Bath où il a passé le confinement, Richard Hill, n'a pas caché sa satisfaction de voir son club obtenir un maintien encore très hypothétique au moment de l'arrêt du championnat. « Cela aurait été dommage de descendre, cette saison était la plus importante, explique-t-il. Il restait 7 matchs à jouer et nous n'étions pas certains d'être relégués. C'est primordial pour la région, qui est derrière nous, d'avoir une entité professionnelle. Rester en PRO D2 va nous permettre d'avoir notre centre de formation. J'avais peur que le travail fait depuis 2013 ne se concrétise pas. Nous avons beaucoup travaillé en Normandie depuis 7 ans, en fédérant tous les clubs. Je suis soulagé, c'est une chance. Dans la vie, on en a parfois un peu besoin. »

L'avenir du club sécurisé dès le début du printemps, le boss anglais a ainsi pu rapidement se projeter sur 2020/2021. Un luxe qu'il n'avait jusqu'ici pas connu : « Pour un promu de Fédérale 1, où la saison se termine mi-juin, c'était toujours difficile de se maintenir. Il était impossible de recruter des joueurs plus tôt et la présaison ne durait que quatre semaines. Là, la situation nous permet d'anticiper et nous facilite le recrutement. Jean-Louis Louvel et Éric Leroy (les présidents, NDLR) sont très motivés, nous allons recruter une équipe très forte qui peut continuer à faire avancer le projet. Plusieurs prolongations ont été actées et au total, nous allons recruter 18 joueurs. Cela veut dire changer la moitié du groupe pour avoir de la fraîcheur, une équipe plus jeune. Je croyais que notre équipe était suffisamment armée pour se maintenir mais il nous a manqué quelques petits trucs. Cette année, nous n'allons pas nous tromper. C'est important de prendre

cette opportunité à deux mains et d'avancer en ciblant entre la  $8^{\rm e}$  et la  $12^{\rm e}$  place la saison prochaine. »

Alors que bons nombres de clubs vont se retrouver contraints de réduire la voilure. Rouen assume donc ses ambitions et ses objectifs élevés à moyen terme : la qualification en 2022 et la montée en 2023. « Nous aurons le même nombre de joueurs, soit 36, ce qui peut être un peu juste en cas de blessures. Nous n'avons pas pour l'instant l'avantage d'autres clubs qui ont des centres de formation et qui peuvent compter sur une dizaine de très bons Espoirs. Nous aurons les mêmes moyens et une masse salariale constante. J'ai la chance d'avoir des présidents très motivés et ambitieux sur le long terme. J'étais très content qu'ils me donnent le feu vert pour recruter très tôt. Si nous avions hésité, cela aurait été compliqué pour la saison prochaine. »



#### JOHANN AUTHIER

MANAGER DE VALENCE-ROMANS 16° avec 20 points.

soit 18 de retard sur Aurillac, 14° et premier non relégable

#### Cette situation est-elle une aubaine pour le VRDR ?

La première chose, c'est que nous ne pouvons pas nous réjouir au vu des contextes sanitaire et économique dans lesquels nous nous trouvons. C'est une période triste pour le peuple français et le rugby français. Après, si nous ne regardons pas plus loin que notre petite personne et le côté sportif, cela permet effectivement à notre jeune club promu d'avoir une seconde chance après une saison difficile.

#### Est-ce que cela change vos plans?

Nous nous étions laissés le temps de voir venir les choses, même pour un projet de Fédérale 1. Nous n'avons pas eu à changer notre fusil d'épaule sur le recrutement

puisque nous n'avions pas avancé sur celui-ci. Très sincèrement, le projet n'était pas remis en question par une descente. Étant un club inexpérimenté à ce niveau, nous savions que la première saison serait difficile. Dans la construction du groupe, nous l'avions anticipée et je ne crois pas que nous aurions eu plus de pertes que ça si nous étions descendus. Nous sommes plutôt sur une continuité de construction même si nous n'avons pas de visibilité. Le contexte économique est compliqué pour tous les clubs. Comment les entreprises vont-elles suivre pour faire perdurer notre écosystème, notamment en PRO D2 où le partenariat est la base ? Mais sportivement, nous allons pouvoir bénéficier de l'expérience d'une saison. Nous avons profité du confinement pour revoir les matchs, retravailler avec les joueurs, voir les moments qui auraient pu être décisifs en notre faveur parce qu'il n'y a pas moins de huit matchs que nous avons perdus dans le dernier quart d'heure. Nous sommes à la fois loin d'un point de vue comptable mais nous nous rendons compte que nous avons perdu énormément de matchs à peu de choses.

#### Quel impact la crise va-t-elle avoir sur la construction de votre effectif?

Il y aura une baisse budgétaire donc une baisse de la masse salariale, a priori d'un maximum de 20 %. Chez nous, il n'y a pas de gros contrats et nous n'avons pas envie de trop impacter les joueurs avec une baisse des salaires. Nous ferons donc le choix d'avoir un effectif un peu moins conséquent, avec quatre ou cinq joueurs en moins. C'est un peu complexe car nous n'avons pas de centre de formation agréé donc les joueurs supposés être en contrat espoir étaient en contrat pro. En gros, de 42 contrats, nous risquons de descendre à 37 ou 38.

#### **RÉACTIONS ... VUE D'EN HAUT**



et 22 de plus que le 7°, Soyaux-Angoulême

Leader à l'issue de la 23° journée, le club à la colombe ne saura donc jamais jusqu'où aurait pu le mener cette saison exceptionnelle, un an à peine après avoir frôlé la relégation. Une situation que Julien Sarraute, l'entraîneur principal prend, malgré les regrets, avec philosophie et lucidité.

#### Comment avez-vous accueilli l'arrêt brutal de la PRO D2 ?

Nous sommes conscients de la dimension sociétale de cette pandémie exceptionnelle et il faut tout remettre à sa juste place par rapport à ce que nous vivons. Mais quand nous nous recentrons sur la saison que nous avons passée, qui était extraordinaire, il y a beaucoup de déception et de frustration de ne pas aller au bout. Cela aurait été très

ces 7 matchs et nous ne le saurons jamais. Cela aurait été une belle récompense pour le groupe de jouer des phases finales, ce qui n'était pas un objectif en début de saison.

#### La page est-elle tournée ?

Ce qui m'intéresse, c'est de savoir comment nous allons repartir la saison prochaine. Cette saison est terminée, c'est acté, donc cela ne sert à rien d'y revenir dessus. C'est derrière nous, il faut regarder devant et préparer au mieux ce nouveau marathon pour rebondir.

#### N'est-ce pas trop dur en sachant qu'il n'y aura pas de bonus en guise de « carotte » ?

Il y aura forcément à éliminer beaucoup de frustration et de déception. J'étais favorable, et c'est facile au regard de notre place, à ce que nous puissions repartir sur une nouvelle saison en gardant le bénéfice des points de celle-ci. Cela aurait été logique et équitable. Il y a deux saisons, nous avons été capables, en 15 matchs, de remonter l'opportunité, même avec 10 points de retard – nous n'en avions que 4 – pour qu'on nous laisse 30 matchs afin de les rattraper.

#### Y a-t-il de la rancœur par rapport à la décision prise de repartir à zéro ?

Je n'ai pas de rancœur envers quiconque, je présente juste mon point de vue. Je suis reconnaissant de l'investissement de toute l'équipe, de tout le staff, de tout le club. J'étais très heureux de vivre ces moments-là qui le valorisaient après une saison très difficile. Je suis déçu que cela ne paye pas pour tout ce club. Mais je n'en veux à personne, je ne critique personne. Il faut laisser ça derrière nous, rebondir, se projeter très rapidement sur la nouvelle saison afin de nous donner les moyens de réaliser, je l'espère, une aussi belle saison. Mais je suis conscient que cela sera très dur car celle-ci était exceptionnelle.

#### Quel impact cette crise va-t-elle avoir sur votre effectif?

Il manque malheureusement des joueurs sur la ligne de départ, j'en suis le premier déçu pour ceux qui en font les frais. Mais ce sont des choses que nous ne maîtrisons pas. Cette pandémie est mondiale et ses conséquences financières ne sont pas induites par la mauvaise gestion d'un club. Quatre jeunes ont signé leur premier contrat professionnel - ce qui est exceptionnel et ils prennent la place à d'autres joueurs. Nous aurons un volume égal par rapport à la saison dernière : 36 professionnels plus les Espoirs. Dans des conditions normales, j'aurais aimé en avoir au moins un de plus, voire deux. Il y avait un ancien de l'équipe que je souhaitais prolonger pour un an, dans un rôle de transmission, mais cela n'a pas pu se faire. Il n'empêche, le recrutement est très qualitatif. Nous avons des joueurs à fort potentiel qui arriveront dans un an ou deux. Nous avons la chance de savoir que nous pourrons nous appuyer sur un vivier de jeunes à qui il faut laisser du temps pour émerger et qui seront les joueurs de demain



intéressant de voir jusqu'où nous aurions été capables d'aller. Il restait 7 matchs, il aurait fallu que nous luttions jusqu'au bout pour chercher cette qualification dans les quatre premiers. Perpignan était en train de prendre une dimension bien supérieure à la nôtre sur la qualité de ses prestations. Grenoble avait un calendrier très favorable pour regagner des places et je sais que cela aurait été une lutte acharnée pour rester dans les quatre.

#### Vous ne visiez donc pas plus haut qu'un barrage à domicile ?

C'était l'objectif et pourquoi pas, s'il y avait la place, une demi-finale à domicile. Mais elle ne nous était pas promise. Nous étions premiers à l'instant T mais nous ne savons pas comment se seraient déroulés

8 points de retard et de nous maintenir in extremis. Quand on est en bas du classement, que l'on est promu, prétendant à la descente, avoir 30 matchs pour aller se battre pour le maintien et sauver son club, c'est une opportunité. Ce n'est que ma logique, pour valoriser tout le travail qui a été effectué. Même si je reste très modéré, il faut aussi rendre hommage au groupe et à tout le travail qu'il a fourni cette saison. Et que tout cela soit balayé, c'est une fatalité, personne n'y peut rien. C'est la pandémie, c'est comme ça. Maintenant, j'aurais trouvé ça logique, même si je suis conscient qu'en 30 matchs, Grenoble et Nevers nous auraient certainement dépassés. Ouand j'étais avec Auch, l'année où nous descendons en Fédérale 1, j'aurais payé très cher pour qu'on nous donne



#### VIGILANCE MAXIMUM

#### **BERNARD DUSFOUR**

PRÉSIDENT DE LA COMMISSION MÉDICALE DE LA LNR

Dès l'arrêt des championnats suivi du premier confinement, le Collège des Médecins de Club du Rugby Professionnel Français (TOP 14 et PRO D2) s'est réuni pour analyser l'impact de l'épidémie sur l'activité rugby et élaborer les conditions liées à la reprise de l'entraînement et plus tard des compétitions.

Pour TECH XV Mag, Bernard Dusfour detaille la philosophie du programme, sa structuration dans le temps et l'ensemble des contraintes que tous les clubs professionnels se sont engagés à respecter.

#### Ce document de 70 pages qui n'a rien laissé au hasard est-il un passage obligé ?

Il l'est dans la mesure où les 1.807 joueurs professionnels doivent bénéficier d'une prise en charge identique afin de faciliter autant que faire se peut le retour à l'entraînement de l'ensemble du secteur professionnel. Sous la coordination de Sylvain Blanchard (médecin du Racing 92), tous les médecins de club ont été impliqués à travers les très nombreuses commissions. Dès le démarrage du protocole, la surveillance médicale du joueur devient permanente et même si les clubs l'appliquent avec quelques variantes, il reste que certains secteurs ne sont pas négociables, à l'image des risques cardiaques que peut engendrer la COVID-19 sur le sportif de haut niveau. C'est pour cela que nous avons très vite alerté joueurs et entraîneurs pour que même en confinement les joueurs restent en deçà des 80% de leur capacité d'effort.

#### Expliquez-nous le fonctionnement par étapes du protocole de reprise.

L'objectif est d'amener le plus grand nombre possible de joueurs (et pourquoi pas tous) à une reprise de l'activité avec un minimum de risques cardiaques et un minimum de risques de propagation virale. Pour se faire on a décidé de construire un parcours en 5 étapes. Les trois premières en mai et juin ont servi à identifier deux groupes (phases 1 et 2) : les COVID - et les COVID +. Ce que j'appelle le maillage. Les premiers qui n'ont jamais été atteints par le virus ont repris les entraînements, toujours sous haute surveillance médicale (test hebdomadaire), par petits groupes de 4, avec du vélo de la course, des accélérations, de la montée en puissance, mais sans contact, sans séance de musculation. Même activité terrain pour les COVID + (ceux qui ont contracté le virus mais qui sont guéris) mais avec une surveillance plus poussée en termes cardiaques (IRM, échographie, test à l'effort). Se sont rajoutés les tests virologiques RT-PCR Naso-Pharyngiens chaque semaine et les tests sérologique tous les 21 jours, avec en complément les évaluations du médecin et du préparateur physique pour valider ou pas la reprise totale de l'activité rugby du joueur.

#### Au bout de ces deux phases préliminaires quel bilan faites-vous ?

L'objectif était d'amener nos joueurs dans un état de santé et de condition physique identiques à la saison dernière au moment de la reprise de l'entraînement, c'est-à-dire début juillet 2019. Pour le vérifier il y a les données de l'époque détenues par le médecin et le préparateur physique. D'après les premiers retours des clubs les phases 1 et 2 ont été parfaitement gérées, d'où une certaine sérénité avant d'attaquer un mois d'août totalement tourné vers la compétition. Mais je crois qu'il est impératif de conserver au sein des clubs une vigilance maximum, le corps médical est unanime sur le sujet.

#### Avez-vous identifié des obstacles qui pourraient cet été bloquer la reprise des deux championnats prévus début septembre ?

Je dirai que l'émergence d'un cas sérieux au sein d'un club en phase 3 et 4 du protocole, compliquerait et retarderait la poursuite du programme. Il faudrait alors pratiquer des tests sur tous les membres du club, isoler les contaminés, créer un cluster et attendre le feu vert des médecins avant de redémarrer. Or une date a été fixé au 5 septembre pour le coup d'envoi des championnats professionnels et on ne peut pas imaginer repartir avec un ou deux clubs en moins. Cette date de reprise, d'après nos prévisions, est largement jouable étant entendu que les joueurs, très soucieux de leur hygiène de vie, sauront rester, dans et hors du club, parfaitement respectueux des gestes barrières, mais de ce côté-là je ne suis pas inquiet.

#### QUESTIONS À

#### EMMANUEL ESCHALIER DIRECTEUR GÉNÉRAL DE LA LNR

Quel a été le rôle de la LNR au cours de cette période et encore aujourd'hui?

Dès l'arrêt des championnats trois commis-sions se sont mobilisées pour envisager la reprise, ajuster et adapter tous les dispositifs de régulation (droits télé, jiff.) et enfin accompagner les clubs pour les aider à gérer une situation inédite. Même si nos débats ont été parfois agités voire houleux, le rugby a fait preuve d'une totale responsabilité collective sur les décisions importantes et aucun contentieux n'a vu le jour entre les clubs et vis-à-vis de la Ligue. La construction du protocole de reprise élaboré par la Commission Médicale et l'application par les clubs en est la parfaite illustration.

À l'image de l'économie de la planète, celle du rugby s'est trouvé très fragilisée. Faut-il imaginer un autre modèle ?

Je ne pense pas que le modèle économique du rugby doit être analysé à l'aune de cette crise. Certes les temps vont être difficiles mais des mesures ont déjà été prises. Les clubs ont adapté leurs charges, engagés des économies dans certains secteurs, et les joueurs ont acceptés des baisses de salaire. Quant au Salary Cap, il sera revu à la baisse pour la saison 2021/2022. Il nous faut maintenant investir davantage dans la formation de nos joueurs, dans le rugby à 7 et renforcer la collaboration entre les clubs et l'équipe de France.

Tous les points d'interrogations sont-ils levés . avant de redémarrer les championnats ?

Non, je dirai que le rugby a su amortir le choc mais nous ne dresserons un bilan complet qu'à l'issue de la saison. Les discussions avec la FFR sur le calendrier de l'automne ne sont pas terminées, on ne sait pas non plus si les matchs se joueront à jauge pleine, et si le virus refait son apparition quelle sera la décision des pouvoirs publics en termes de règles sanitaires. La LNR et les clubs restent donc vigilants.



## CELLULE CRISE

Le 13 mars, veille du dernier match du Tournoi des 6 Nations entre la France et l'Irlande (match déjà reporté), la FFR décidait de suspendre toutes les compétitions du rugby amateur.

Le 27, elle annonçait par la voix de son président la fin de la saison pour l'ensemble des équipes engagées dans les différents championnats. Entre ces deux dates, la Fédération crée une cellule de crise pilotée par Serge Simon, le viceprésident, et animée par les membres du Bureau fédéral : « on a tout de suite décidé de se réunir quotidiennement pour absorber les informations explique Christian Dullin, le secrétaire général de la FFR, et si possible anticiper les problèmes. Nous avons travaillé sur deux axes prioritaires : comment gérer au mieux les effets de la crise et notamment la fin des compétitions et comment aborder la préparation de la prochaine saison. » Un plan de bataille facilité par le Ministère des Sports qui a autorisé le Bureau fédéral à prendre chaque semaine les décisions importantes en lieu et place du Comité Directeur.

#### **DIDIER RETIÈRE**

« SOLIDARITÉ, ADAPTABILITÉ, INGÉNIOSITÉ. »

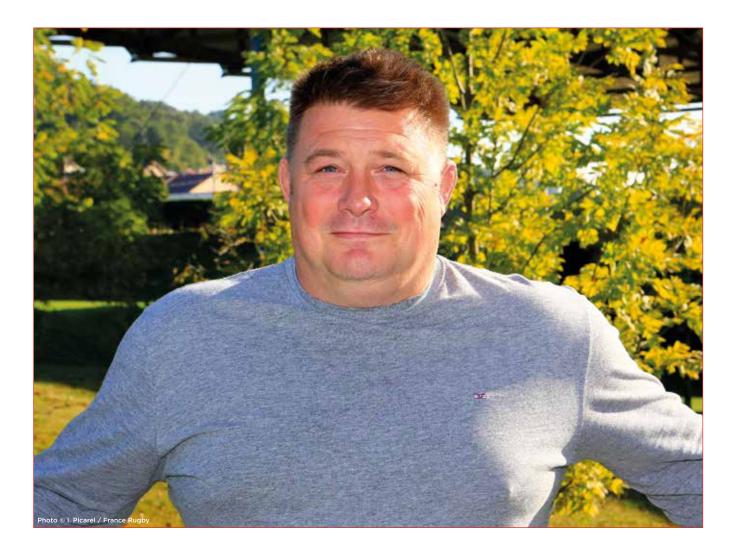
C'est un peu comme si l'épidémie avait mis en lumière les qualités inhérentes au rugby. Dès le confinement, mi-mars, on a vu fleurir des manifestations de solidarité de la part des joueurs et des clubs, un peu partout en France, au sein du monde amateur comme professionnel. Beaucoup l'ont vécu comme une intersaison supplémentaire, au cours de laquelle il a fallu maintenir le cap, s'adonner au télétravail, enchaîner les réunions par visioconférence, afin de conserver en ordre de marche Ligues Régionales, Comité départementaux, clubs... Ce qui fait dire à Didier Retière le DTN: « Après tout, le rugby a été créé pour apprendre à de jeunes étudiants à prendre des décisions dans des situations difficiles soumises à haute pression. C'est aussi peut-être pour cette raison que nous avons enregistré un record en termes d'inscription dans les écoles de rugby ces dernières semaines. En tous les cas, nous avons su, en partie, rendre cette épreuve positive malgré le danger qu'elle faisait planer sur l'ensemble de la population et du monde sportif en particulier. »

#### Un jour d'après différent ?

Pour le DTN, le rugby Français a besoin de renforcer encore d'avantage le lien social sous toutes ses formes au sein de ses territoires. « Cela passe par les clubs, par l'école, au travers de toutes les populations. C'est aussi une des leçons de cette épidémie. Nous allons mettre en place des "contrats de territoire" par bassin, afin de faciliter et de multiplier le rapprochement entre le rugby amateur et professionnel, à l'image de ce qui existe déjà à Clermont, à Castres ou encore à Toulouse pour ne citer qu'eux. Une démarche menée de concert, et en synergie, par la FFR et la LNR, afin d'ancrer le rugby sur l'ensemble du territoire, conclût le DTN. »

#### Protocole de reprise.

Depuis le 2 juin, progressivement, prudemment, les clubs amateurs ont retrouvé le chemin du stade. Entre temps, la DTN et le service de communication de la FFR avait mis en place un protocole de reprise d'activité au sein duquel la Commission Médicale de la Fédération a posé ses exigences avant de confier la suite des documents aux préparateurs physiques et aux techniciens. Inspiré aussi des directives des Ministères de la Santé et de l'Education Nationale, mais aussi de World Rugby, les contenus d'entraînements, une fois validés, ont été envoyés à l'ensemble des clubs avec pour objectif de réathlétiser la grande majorité des joueurs avant d'attaquer de la saison



2020/2021. « Les Conseillers Techniques de Clubs (CTC) ont un rôle important à jouer dans ce protocole de reprise prévient Didier Retière. Ils sont devenus, malgré le confinement, un rouage essentiel dans notre fonctionnement, à tel point que même en chômage partiel, la plupart sont parvenus à garder le lien avec les clubs de leur bassin respectif. » Encore, si besoin était, un exemple de solidarité du monde rugbystique.

#### JACQUES GIRARDIN

« LE MONDE AMATEUR EST PLACÉ SOUS SURVEILLANCE MÉDICALE. »

Le rugby, considéré comme sport à risque, a l'obligation de renouveler la licence de ses pratiquants en début de chaque saison. « Un atout majeur dans le contexte actuel souligne le médecin chef de la FFR, car contrairement à la majorité des autres sports où le renouvellement se fait tous les 3 ans, le rugby est lui soumis à cette règle annuelle. Ce qui signifie que la visite médicale de chaque joueur sera accompagnée

d'un questionnaire COVID poussée et qu'à la moindre suspicion, un électrocardiogramme sera effectué sur le joueur ou la joueuse. En ce qui concerne les licenciés de Fédérale 1, le bilan médical qui délivre la licence ressemblera en tous points à celui opéré sur les joueurs des équipes de France à 7. Pas de consignes supplémentaires en revanche pour les Écoles de Rugby. » Dernière précision importante et qui peut aussi concerner le monde amateur nous dit Jacques Girardin: « l'arrêté du 8 janvier 2018 émanant du ministère des sports, relatifs à la surveillance médicale, oblige tous les joueurs et joueuses salariés d'un club de faire valider un bilan médical complet dans les deux mois qui suivent l'embauche d'un joueur et d'une joueuse ou le renouvellement de la licence. » Une obligation que la COVID-19 a remis en tête des priorités!

#### CELLULE CRISE

#### **ZOOM SUR LA LIGUE ÎLE-DE-FRANCE**

#### **FRANCIS JOUBERTON**

DIRECTEUR TECHNIQUE DE LA LIGUE ÎLE-DE-FRANCE (LIFR)

150 clubs, 13 Conseillers Techniques de Club, 2 Conseillers Techniques de Ligues



Cet ancien professeur d'EPS, qui fut aussi entraîneur des équipes de jeunes au Racing et au PUC, a été immédiatement confronté, et de manière brutale, à la gestion d'une crise inédite.

« Avec cette pandémie, nous avons découvert la gestion de l'imprévu, pourquoi par exemple ne fallait-il surtout pas se précipiter pour prendre des décisions. On s'est très vite rendu compte que nous étions dans une zone qui a rapidement viré au rouge dès le mois de mars. Notre priorité a été d'abord d'analyser la situation au plan sanitaire au sein de notre équipe de 18 techniciens, ce qui reste encore à ce jour notre principale préoccupation. Autrement dit, prendre des nouvelles de tout le monde, de la situation familiale de chacun et de la façon dont il vivait l'évènement. »

#### Créer du lien, de la proximité, tout en gardant les distances!

Les 13 Conseillers Techniques de Clubs (CTC) ont poursuivi leur mission dans leur bassin respectif en faisant un état des lieux dans chaque club au plan sanitaire bien sûr, mais aussi en les aidant à construire leur Plan d'Orientation Stratégique (POS), autrement dit, créer une section féminine, obtenir le label FFR pour l'école de rugby, former un éducateur « et toujours à distance, une méthode qui, même si ça peut paraître paradoxal, crée du lien, favorise la proximité et fait appel à l'intelligence collective, tient à souligner Francis Jouberton. »

C'est aussi comme ça que la Ligue a pu avancer sur la formation de ses éducateurs en vue de l'examen des Brevet Fédéraux (Perfectionnement et Optimisation). « On n'a pas pris de retard et nos certifications se sont faites au cours du mois de juin toujours dans le cadre de visioconférences. Une nouvelle façon de travailler qui a été parfaitement maîtrisée par tous nos éducateurs en formation, par tous nos formateurs et que nous allons renouveler pour les prochaines saisons. La Ligue Île-de-France, c'est 8 départements et le calcul est vite fait en termes de déplacements économisés, autrement dit de temps, de fatigue, d'argent et donc d'efficacité. »



#### COVID Manager sur le terrain

Un rôle ou plutôt une mission qui va s'avérer déterminante durant tout l'été et jusqu'au coup d'envoi de la prochaine saison... et peut être même bien au-delà, comme nous l'explique Michel Desfreres, nommé COVID Manager de la Ligue Île-de-France. « Mon premier travail a été de désigner un COVID Manager par département et d'informer les 150 clubs de la Ligue que chacun devait se doter d'un COVID Manager Bis. Tous les CTC ont été également priés de veiller à la bonne marche des dispositifs prévus par la FFR. Des mesures de distanciation adaptées à la pratique sportive, qui, dans leur fonctionnement, s'apparentent à celles préconisée par l'Éducation Nationale pour le milieu scolaire. »

#### La marche à suivre depuis début juin!

Dès que le club reprend une activité et accueille ses licenciés, il a pour consigne à chaque entraînement de dresser la liste des présents et archiver celle-ci. Chaque joueur doit arriver au club en tenue de sport muni de sa bouteille d'eau. Les vestiaires et les espaces douches restent fermés. Il doit connaître tous les gestes barrières et déclarer sur l'honneur qu'il n'a pas été contaminé par le virus, à défaut d'avoir été testé. Pour les catégories de jeunes, tous les parents ont été prévenus des mesures de protection.

#### Traçabilité du joueur!

« Si l'on veut bloquer la propagation du virus et vivre une saison à peu près normale, il est impératif de tracer les allées et venues de chaque joueur au sein de son club rappelle Michel Desfreres. Ce sera la mission de chaque éducateur vis-à-vis de l'équipe dont il a la responsabilité. Grace à l'archivage des présents lors des séances d'entraînement et des matchs, nous pourrons remonter, si un cas de COVID-19 est détecté, à la source de la contamination et

prendre les mesures nécessaires avec le concours de la Commission Médicale de la Ligue. Ce dispositif est certes contraignant mais il me paraît incontournable. » Michel Desfreres a en outre la responsabilité de tenir à jour un cahier de reprise sur l'ensemble de la Ligue Île-de-France en comptabilisant les clubs qui rouvrent leur porte, les catégories concernées par la reprise, le nombre de joueurs en activité à l'instant T.

Le poste est appelé, non seulement à être pérennisé au sein de chaque club, « mais aussi à évoluer précise Didier Retière. Il ne se nommera plus COVID Manager, une fois l'épidémie derrière nous, mais je le vois plutôt avec des fonctions élargies, comme un référent toujours attentif à la prévention des problèmes sanitaires, à la sécurité des pratiquants, aux normes à respecter, en résumé à ce que nous appelons le rugby bien joué, la bonne pratique. »

#### CELLULE CRISE



#### L'EXEMPLE DE MONTESSON-CHATOU (78)

Deux communes voisines des Yvelines, quatre passionnés de rugby, il n'en fallait pas plus pour créer en 1979 le RCMC (Rugby club Montesson-Chatou). Avec ses 502 licenciés, son école de rugby labellisé, le rugby, au RCMC, se pratique de 6 à 70 ans.

Une cinquantaine d'éducateurs tous diplômés et autant de dirigeants veillent à la bonne marche du club présidé par Fréderic Commeinhes. L'effectif de l'équipe fanion, qui évolue en Honneur (championne d'Île-de-France Promotion Honneur en 2012), est composée à 80% de joueurs formés au club. Son entraîneur, Richard Bonnefoy, revient pour TECH XV sur une période qui, malgré sa violence, n'a pas réussi à ébranler les fondations du club.

Comment avez-vous géré cette situation inédite, angoissante et parfois dramatique ?

Avec les moyens du bord mais en réagissant très vite. L'ensemble du club s'est attaché à garder le contact avec les parents pour l'école de rugby et les équipes de jeunes. Quant aux équipiers premiers, nous leur avons proposé de veiller à bien se maintenir physiquement. Outre les initiatives personnelles, j'ai établi une liste de 12 ateliers dans lesquels le joueur pouvait piocher

5 exercices qu'il proposait à un de ses coéquipiers pour un duel à distance par vidéo interposée. Essentiellement du gainage et des abdos, car aujourd'hui, même en Honneur, il est important d'être crédible au plan physique.

#### Avez-vous repris le chemin du stade?

Dès le 2 juin, avec l'autorisation de la Mairie, nous avons retrouvé les installations, nos deux terrains plus une grande prairie, ce qui nous a permis d'accueillir tous les licenciés en respectant scrupuleusement les consignes de la FFR. Sans ces protocoles de reprise, je ne sais pas si nous aurions pu fonctionner aussi rapidement et aussi efficacement. Je prends l'exemple du samedi matin ou les U8, U10 et U12 se sont succédés par groupe de 9 dans des séances de 45 minutes avec là aussi toutes les précautions indispensables. Un dispositif surveillé de très près par notre COVID Manager qui n'est autre que Frédéric Commeinhes, notre président. Tout le club a retrouvé l'entraînement depuis 5 semaines maintenant, ce qui devrait nous faciliter le démarrage de la prochaine saison.

#### Comment l'envisagez-vous cette nouvelle saison?

Plutôt de façon positive dans la mesure où nous avons profité de cette période de confinement pour bâtir un projet de jeu, à notre échelle bien entendu, pour l'ensemble de nos équipes. De manière à installer une ligne directrice en termes de jeu, d'identité. Nous nous dirigeons donc vers un rugby de mouvement très centré sur la continuité du jeu, avec un gros travail de passes dès l'école de rugby. À l'équipe fanion, il a été proposé un programme de préparation physique jusqu'au 15 août date de la reprise des entraînements. L'objectif étant aussi de grandir en accédant à la Fédérale 3, un défi qui devrait motiver l'ensemble de l'équipe. Nous allons également renforcer nos liens avec le Stade Français et le Racing 92 à qui nous avons déjà confié au total 5 de nos meilleurs jeunes.





#### **UN CONFINEMENT QUI OUVRE DES**

### HORIZONS!

Les staffs des différentes équipes de France avaient déjà entamé depuis le début de la saison une étroite collaboration, notamment lors de la Coupe du Monde au Japon ou 12 entraîneurs nationaux réunis autour du DTN avaient vécu l'évènement de l'intérieur.

« L'occasion, selon Didier Retière, de partager les expériences de chacun, de faire émerger des solutions sur des problématiques identiques, de mieux se connaître, de travailler ensemble pour constituer un groupe homogène et renforcer de fait notre identité. » L'arrivée de la pandémie, au lieu de paralyser ce fonctionnement, n'a fait que le consolider. « Nous avons, deux fois par semaine, poursuivi nos échanges et nos travaux dans plusieurs domaines pour arriver à la conclusion que désormais nous aurions chaque saison une période de 15 jours qui irait bien au-delà du traditionnel débriefing. En fait, cet arrêt brutal nous fait toucher du doigt que le rythme imposé à notre sport ne permettait pas une réflexion en profondeur de notre fonctionnement, voire la remise en question de celui-ci. Personne ne pensait que c'était réalisable, mais la COVID-19 nous l'a imposée. On a ouvert l'horizon de nos staffs, en dédramatisant le côté résultat du match, en travaillant sur le capital confiance d'une équipe et notamment sur l'aspect charge mentale, un domaine que nous commençons à mieux maîtriser grâce aux interventions de Mickaël Campo.»

#### Charge mentale et rugby de haut niveau!

L'anxiété, le stress sous toutes ses formes, restent des freins à la performance et le rôle des entraîneurs consiste à ne pas laisser durablement s'installer un climat anxiogène. C'est le domaine d'intervention de Michaël Campo, titulaire d'un doctorat en psychologie du sport, maître de conférence, membre de la cellule de recherche de la FFR et à ce titre conseiller auprès de tous les staffs des équipes de France. « Mon rôle est

de les accompagner tout au long de la saison, à l'approche des grands rendez-vous et bien entendu lors de situation inédite comme celle que nous sommes en train de vivre. Un match de rugby ne se gagne pas sans une certaine force mentale on le sait. Notre première mission a été de mesurer individuellement (et on a les outils pour cela) les conséquences du confinement : l'anxiété au niveau familial et professionnel, qui pour certains a même remis en question le déroulement de la carrière, sans oublier le rêve olympique qui s'évanouit pour nos deux équipes de rugby à 7 et les interrogations bien légitimes sur la capacité de chacun à reprendre son niveau initial de performance. Il faudra être très vigilant lors de la reprise des entraînements car trop d'émotions, trop de stress engrangés peuvent provoquer des blessures. »

On le constate, le danger de retrouver un groupe hétérogène en termes de conditions physiques et mentales est bien réel après une crise de cette ampleur et de cette violence. Une étude européenne a été lancée pour évaluer et gérer les situations de stress chez les sportifs de haut niveau. Toutes les Fédérations de sport collectif à vocation olympique mènent en parallèle une étude sur le processus identitaire de l'athlète au sein de son équipe.

« La notion d'appartenance au groupe, à l'équipe, en a pris un sérieux coup estime Michaël Campo; du jour au lendemain, les filles comme les garçons sont tombées dans une forme d'abandon et d'anonymat. Une perte d'identité s'est installée avec la disparition des normes de l'équipe. Sa reconstitution passera forcément par des dynamiques de groupe et un travail individuel, ce qui devrait se faire assez naturellement et même avec un certain enthousiasme. J'ajoute qu'il n'y a pas que les joueurs qui ont été soumis à cette longue période de stress et d'anxiété, les entraîneurs et tous les membres des staffs l'ont aussi vécue », différemment certes, mais après tout pourquoi y auraient-ils échappé ?

# 

#### **Claude ONESTA**

#### MANAGER DE LA HAUTE PERFORMANCE À L'AGENCE NATIONALE DU SPORT

Nous venons de vivre un moment unique, pendant lequel un ennemi invisible a bouleversé la vie de notre monde moderne. Le monde du sport n'a pas échappé à la règle du confinement et les réactions furent parfois violentes avec des athlètes en stress, des entraîneurs déboussolés. À l'Agence Nationale du Sport (ANS), nous sommes en permanence en lien avec les Fédérations concernées et c'est vrai qu'il y a eu un moment de pression, jusqu'à l'annonce du report des JO de Tokyo, ce qui paradoxalement, a apaisé le climat. Au sein de l'ANS, durant toute la période de confinement, nous avons défini une nouvelle vision de la Haute Performance et validé un modèle qui fera très prochainement l'objet d'un document de synthèse. La Haute Performance, c'est le dernier étage de la fusée. Quand un athlète ou une équipe entre dans le cercle très fermé des 10 meilleurs mondiaux, il faut savoir l'accompagner jusqu'au podium et, une fois sur le podium, savoir l'aider à monter sur la plus haute marche. On passe d'une approche globale à un accompagnement singulier à chaque cellule de performance, à chaque athlète.

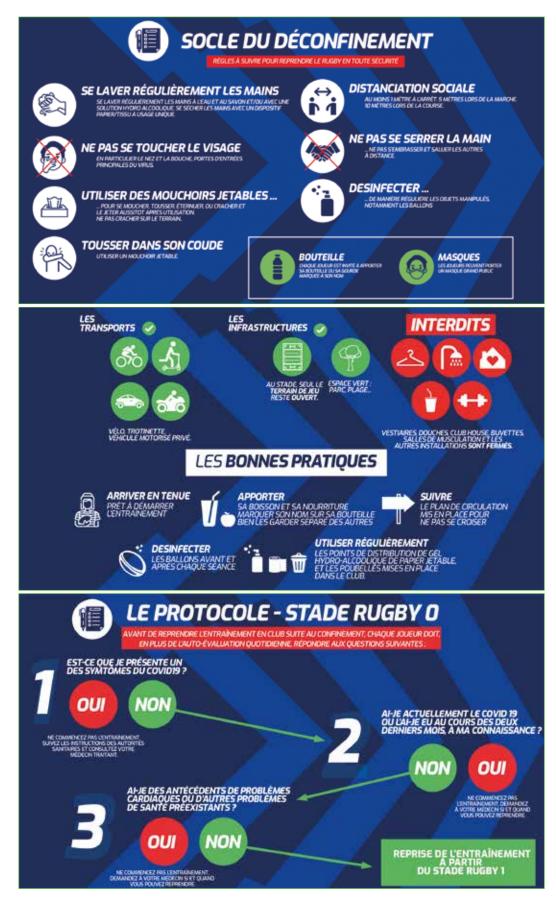
Le confinement nous a permis de nous concentrer sur le dossier, d'être plus précis et plus innovant. Je sais aussi que d'autres sports ont profité de cette période pour s'interroger sur leur fonctionnement et chercher de nouvelles pistes de travail, à l'image des staffs de rugby des différentes équipes de France et c'est franchement la meilleure des attitudes à adopter au lieu de se lamenter, polémiquer et parfois même revendiquer. Certains joueurs ont également mis à profit ce temps particulier pour réfléchir à leur carrière, leur projet, et comprendre que c'est un privilège de bien vivre de sa passion. Ils ont pu se régénérer sur le plan psychologique. Les sportifs de haut niveau sont souvent plus limités par la lassitude que par la fatigue. Aux entraîneurs maintenant de recréer une cohésion, une croyance dans le projet collectif et de souder leur communauté sur des objectifs ciblés. Reste que l'on peut désormais s'interroger, non pas sur le jour d'après, mais sur le nouveau modèle du sport de haut niveau.

Un modèle économique moins virtuel. Peut-on continuer à dépenser plus que l'on produit ? Les difficultés conjoncturelles nous offrent l'opportunité de repenser le tout. Ensemble, dans une gouvernance partagée, pour ne pas rompre la chaine de valeurs qui fondent le lien entre tous les acteurs.

La question des COMMENT ne doit pas faire oublier celle du POURQUOI.

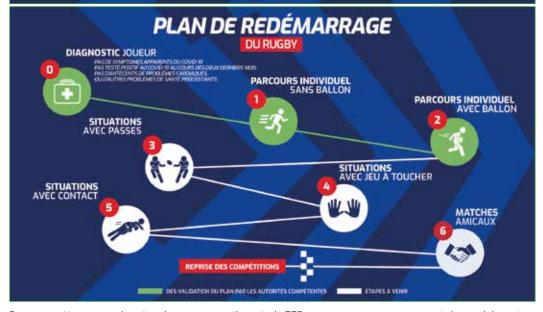
Photo © DR

#### PROJET DE PLAN DE REPRISE D'ACTIVITÉ DES CLUBS ÉDITÉ PAR LA FFR (extraits)







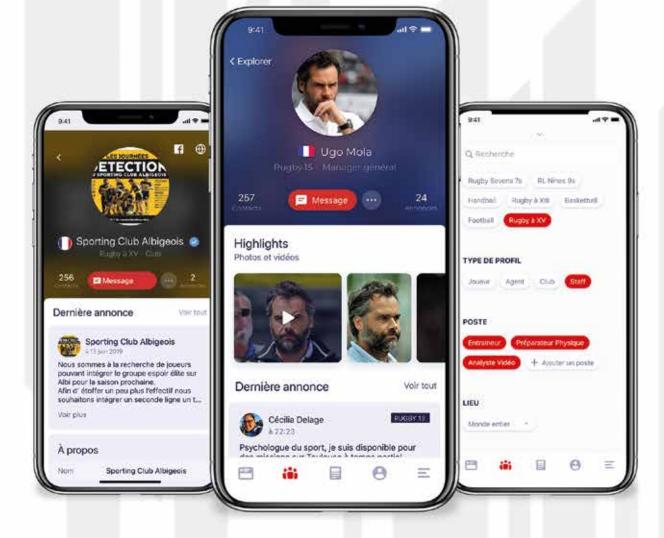


Pour permettre une reprise attendue par nos pratiquants, la FFR propose un accompagnement de ses clubs autour d'un programme conçu par la Direction Sportive.

TOUTES LES INFORMATIONS SUR WWW.FFR.FR



#### REJOINS LE PREMIER ÉCOSYSTÈME DÉDIÉ AU RECRUTEMENT SPORTIF!









TROUVE DE NOUVELLES OPPORTUNITÉS

#### TÉLÉCHARGE L'APPLICATION

Rejoins des milliers de joueurs, staffs, clubs et agents déjà connectés!

