

37

JUIN 2021

QUEL RUGBY POUR DEMAIN ?

TECHXV
MAG



AIX EN PROVENCE

14 AOÛT 2021



TOULOUSE

21 AOÛT 2021



LA ROCHELLE

28 AOÛT 2021

TECH XV INFOS

Rapide...
mais précis

REPORTAGE

Quel rugby
pour demain ?

Le jeu et ses règles

Staffs en recherche
perpétuelle de performance

La santé du joueur

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

Directeur de la publication : Didier Nourault

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

Création et réalisation graphique : 31mille

Impression : Imprimé à 2 500 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** : Philippe Guillot •

N° ISSN : 2115-4783



Pour demain, quel rugby ? Nous le savons tous, la qualité du spectacle proposée dans les stades ou sur nos différents écrans est la préoccupation principale des institutions internationales et nationales, aussi bien pendant le temps de jeu effectif qu'autour du match. La règle et son application sont des facteurs essentiels de cette course aux « spectateurs ». À l'heure de la digitalisation et des outils numériques, les moyens ne manquent pas pour quantifier, habiller le développement du spectacle afin de gagner un nouveau public, des partenaires et des futurs pratiquants.

Cette **qualité** nécessaire dépend de tous les acteurs du jeu, de leurs facultés à être préparés, à intégrer les enjeux, à exprimer leur talent et préserver les valeurs éthiques de notre sport. Les différentes formes de jeu, les particularismes de tous et de chacun ne doivent pas céder à l'uniformisation. **L'exigence** nécessaire à l'évolution du jeu, l'exploitation des Data, au-delà de l'outil de performance, ouvrent quotidiennement des nouvelles voies dans le développement de la qualité de notre travail, dans l'entraînement, dans la qualité des rencontres, dans la formation des joueurs et bien sûr des entraîneurs et des éducateurs pour le rugby de demain. Gardons bien présent à l'esprit que les hommes et les femmes doivent rester au cœur de cette évolution et constituent la force du sport et du rugby.

TECH XV, grâce à **l'expertise** de ses adhérent(e)s, est moteur dans les différentes innovations et accompagne cette évolution des nouvelles compétences et des nouveaux métiers. Notre regroupement, par sa présence continue dans les institutions et par sa connaissance reconnue des enjeux sportifs, sociaux et juridiques, **s'engage** dans la structuration du rugby de demain.

Didier NOURAUULT,
président de **TECH XV**

RAPIDE... MAIS PRÉCIS

CAMPAGNE D'ADHÉSION : SAISON 2020/2021

Nous sommes à l'heure du bilan pour la saison 2020/2021. Nous avons terminé l'année avec **262 adhérents**. Nous comptons :

- 178 entraîneurs
- 62 préparateurs physiques
- 22 analystes

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

La campagne d'adhésion pour la saison 2021/2022 est ouverte à partir du 1^{er} Juillet 2021.

Vous souhaitez nous rejoindre ?

WWW.TECHXV.ORG - 05 61 50 28 40

TOURNÉE DES CLUBS

Toujours au plus près des membres des staffs techniques, nous avons rendu visite, malgré le contexte sanitaire, à 115 structures sur 155 lors de la saison 2020/2021, soit **75% de l'ensemble des staffs**.

Pour rappel, cette tournée a compris :

- Les clubs professionnels (19/30)
- Les clubs de Nationale (13/14)
- Les clubs de Fédérale 1 (29/45)
- Les CDF pros (22/28) et de Fédérale 1 (4/4)
- Les CEL (13/18)
- Les clubs de TOP 16 Féminin (15/16)

La tournée 2021/2022 reprendra dès le début du mois de Juillet avec les staffs des clubs professionnels.

PROJET TECH XV 2021/2024

Le nouveau Comité Directeur de TECH XV, élu en Décembre 2020, s'est réuni par petits groupes entre mars et mai pour élaborer le projet TECH XV pour la période 2021/2024.

Après avoir réalisé le bilan de la dernière mandature, les élus ont longuement échangé sur les axes stratégiques prioritaires, les objectifs à atteindre et les actions à mettre en place pour y répondre. Les élus se sont ensuite réunis pour une journée de travail physique à Toulouse à l'occasion de la finale du TOP 14. L'ensemble des adhérents pourra prendre connaissance du document de travail dès sa finalisation.

BILAN INSEP ACCOMPAGNEMENT STAFF

Face au contexte sanitaire créant une forte incertitude dans l'exercice de leur activité (difficultés de planification / stress lié au COVID, etc.), nous avons proposé aux membres des staffs professionnels un accompagnement par une psychologue de l'INSEP afin d'améliorer leur environnement et celui des joueurs. Nous avons réalisé 8 accompagnements (4 en TOP 14 et 4 en PRO D2).

En 2021/2022, nous poursuivrons cette action selon les besoins des staffs en proposant un accompagnement ponctuel (1 seule séance pour un besoin spécifique) et/ou un suivi lié à une démarche plus régulière.



BILAN DU COMITÉ DIRECTEUR

Cette saison, nous avons organisé les élections du Comité Directeur.

Au final, en 2020/2021, les membres du Comité Directeur ont participé à 11 réunions en visioconférence et 1 physique. Les élus ont, tout au long de l'année, échangé et se sont positionnés sur différents sujets :

- **La crise COVID :**
 - Accompagnement des adhérents et des membres des staffs
 - Modification de l'intersaison, temps partiel de l'encadrement sportif, organisation des congés de TOP 14, PRO D2 et Fédérale 1
 - Enquête auprès des entraîneurs de Fédérale 1, 2 et 3
- **Actions de l'IFER**
- **Risques psychosociaux :** mise en relation psychologue/staffs techniques professionnels
- **FEP :** Dialogue social, Sport au Féminin
- **Nationale :** Négociation pour la modification du champ d'application du Statut du Joueur et de l'Entraîneur de Fédérale 1
- Intégration au Comité de Pilotage Équipe de France, Commission Rugby Féminin

LE STATUT DU JOUEUR ET DE L'ENTRAÎNEUR DE FÉDÉRALE 1 ÉTENDU À LA NATIONALE

Suite à la création de la Nationale, les partenaires sociaux et la Fédération Française de Rugby se sont réunis à partir d'Avril afin de prendre en compte l'évolution des compétitions et la création de cette nouvelle division.

Les partenaires sociaux (TECH XV, Provale et le CoSMoS) ont décidé d'élargir le Statut du Joueur et de l'Entraîneur de Fédérale 1 à la Nationale à compter du 1^{er} juillet 2021.

Par ailleurs, en raison de la crise Covid et de l'impact sur les finances des clubs, il a été décidé de ne pas modifier les minima de salaires des entraîneurs en Fédérale 1 et Nationale pour la saison 2021/2022 (*entraîneur non cadre : 24 000€ bruts annuel/ entraîneur cadre : 38 600€ bruts annuel*).

LE PROJET IFER 2021/2022

Pour la saison 2021/2022, notre organisme de formation poursuit son développement autour de trois axes : la formation, l'accompagnement emploi/formation et des temps d'échanges et de débats.

À ce jour, seront proposées sur la première partie de saison, les actions suivantes sur **l'axe formation :**

- « DATA : supervision/visualisation » prévue en juillet 2021
- « L'initiation à l'analyse vidéo »
- « Le management d'une équipe de joueurs professionnels »
- « Le management de la nouvelle génération »

Sur l'axe accompagnement emploi/formation :

- « Mieux se connaître pour retrouver un emploi »
- « Anglais du rugby »
- « La communication via les réseaux sociaux »

Enfin, nous organiserons **différents temps d'échanges et de débats** tout au long de la saison. Ainsi, une journée sera proposée le 12 novembre prochain sur « Le rugby à 7 et ses spécificités ».

TOUTES LES INFORMATIONS SUR WWW.TECHXV.ORG

QUEL RUGBY POUR DEMAIN ?





Photo © Pressesports

“

*Pour qu'un staff fonctionne
de façon optimale, il faut beaucoup
de confiance entre ses membres,
d'écoute mutuelle, de respect
du travail de chacun ...*

”

Il est écrit dans les « Fondamentaux du Rugby » que ce sport est un *phénomène vivant, humain*. Il est dit également que *la vie commande*, ou autrement formulé, que le rugby obéit en fait aux lois de la vie. Enfin que *l'imagination* est au centre de l'activité. Plus que jamais, l'évolution du jeu, au cours des 30 dernières années, donne amplement raison aux auteurs de l'ouvrage référence des entraîneurs et éducateurs de notre sport.

Démonstration ! Coup de fil à Jean Pierre Garuet (pilier du XV de France lors de la 1^{re} Coupe du Monde 1987) : « Si on m'avait dit, à l'époque, que les piliers auraient un jour la liberté d'entrer ou de sortir du terrain selon le bon vouloir du coach, que l'on serait contraint de simuler des mêlées faute de spécialistes du poste, et de hisser les sauteurs en touche jusqu'à 4 mètres de haut, j'aurais très certainement pris mon interlocuteur pour un fou. Et pourtant c'est arrivé, conclut le pilier aux 42 sélections ! »

Côté institution, il faut donc s'attendre à de nouvelles règles en direction du jeu et de la sécurité des pratiquants. En question également l'arbitrage vidéo ; est-il amené à prendre encore plus de place au cours d'un match, avec par exemple, l'instauration du capitaine-challenge et qu'en sera-t-il, dans

l'avenir, du pouvoir grandissant de la télévision ?

En résumé, que nous réservent les années futures ? Certainement d'autres innovations dans de nombreux domaines, technologiques, scientifiques et numériques toutes au service de la haute performance. Le suivi de l'entraînement en lien avec l'estimation du risque de la blessure, l'environnement du joueur, son approche mentale de la compétition font déjà l'objet d'un accompagnement quasi quotidien de la part des staffs et en particulier des Data Scientists, nouveau maillon, nouveau métier dans la chaîne de la performance. Les staffs sont devenus de véritables laboratoires de recherche, et puisqu'il est acquis que l'on n'arrête pas le progrès, vers quel rugby allons-nous donc ?

Dans ce numéro, grâce à de nombreux témoignages (managers, entraîneurs, préparateurs physiques, Data Scientists, analystes rugby, médecins, arbitres, consultants, directeurs sportifs de Centre de Formation), TECH XV Mag se propose d'alimenter le débat autour de trois grandes thématiques : le jeu et ses règles, des staffs en recherche de performance et, préoccupation récurrente, la santé du joueur.

LE JEU ET SES RÈGLES

VERS UN RUGBY PLUS ATTRACTIF



Photo © UBB



ÉMILE NTAMACK

MANAGER DE LA FORMATION AU STADE TOULOUSAIN RUGBY

“ Un rugby de plus en plus attractif, synonyme de plaisir partagé, c’est notre quête depuis toujours. Au cœur de la formation de nos joueurs, il y a des principes non négociables : entreprendre, oser, tenter l’impossible, ne pas avoir peur de se tromper. Mais savoir aussi apprendre de ses erreurs pour être en capacité de mettre en place un jeu ambitieux où le mouvement et l’intelligence collective font figure de lignes directrices. « Jouer nous fera toujours grandir ! » ce slogan cher à Didier Lacroix, notre Président, résume assez bien notre philosophie. Dès lors que l’on parle de compétition, nous avons la conviction que le résultat doit découler de l’expression de notre jeu. Une victoire sans un jeu abouti et fidèle à nos convictions nous laisse toujours un goût d’inachevé. Nous sommes animés en permanence par le souci d’aller jusqu’au bout de nos idées, de refuser toute marche arrière évidemment, mais en même temps de chercher à pratiquer, et donc offrir, un jeu qui enchante et qui gagne. Honnêtement, nous n’y parvenons pas toujours, mais l’idée du panache n’est jamais très éloignée de nos prestations au plus haut niveau. C’est difficile à définir le panache mais, sans paraître prétentieux, je pense qu’il doit rester une des valeurs de notre sport. Concrètement, des entraînements de l’école de rugby jusqu’à la catégorie Reichel/Espoirs, les joueurs sont invités à jouer, quoi qu’il en coûte, même à « surjouer » parfois. Nous les encourageons à vivre leur rugby avec enthousiasme, sans oublier qu’il réclame beaucoup de travail et d’exigence. Aujourd’hui, plus de 50% de l’effectif professionnel est issu de notre formation et cultive précieusement cette passion du jeu. ”



FRÉDÉRIC CHARRIER

ENTRAÎNEUR DE L'UNION BORDEAUX BÈGLES,
RESPONSABLE DU SECTEUR OFFENSIF ET DES TROIS-QUARTS

“ En arrivant à Bordeaux, nous nous sommes rendus compte que le public Bordelais était très attaché au rugby spectacle et à Chaban-Delmas, son stade fétiche. Avec Christophe et Julien, on a pris en compte ce paramètre au moment de construire notre projet de jeu, en s'appuyant sur les joueurs, qui l'ont validé et voté. Ce projet a pour ambition de marier efficacité et attractivité. C'est une conviction qui d'ailleurs semble gagner de plus en plus de formation dans notre championnat et qui est revendiquée chez nous par des garçons comme Mathieu Jalibert et quasiment toute notre ligne de trois-quarts. En début de saison, un jeu au pied trop présent est venu contrarier cette volonté de porter le ballon et de jouer debout car les arbitres, soucieux de préserver une équité dans le jeu au sol, ont pénalisé d'avantage les attaquants. Du coup, certaines équipes préféraient se déposséder du ballon en utilisant le jeu au pied. L'arbitrage en Coupe d'Europe a permis de retrouver un équilibre dans le jeu au sol et donc d'être plus attractif. Les défenses sont hermétiques, c'est un constat partagé par tout le monde, et donc les entraînements deviennent aussi des laboratoires de recherche pour accélérer le jeu, faire reculer les défenseurs sur le champ profond, à l'image de ce qui est testé en ce moment en Australie dans le domaine du jeu au pied. Nos analystes vidéo nous donnent systématiquement des chiffres sur la vitesse de nos libérations sur les relances de jeu, ce qui nous permet de faire des bilans d'étape réguliers sur notre capacité à surprendre les défenses. ”

“

*Difficile à définir le panache mais,
sans paraître prétentieux, je pense qu'il doit rester
une des valeurs de notre sport ...*

”

(Émile Ntamack)



XAVIER PÉMÉJA

MANAGER DE L'USON NEVERS RUGBY

“ Quand on est entraîneur, on veut un jeu complet. Et si aujourd'hui des équipes sont encore tournées vers la conquête et le jeu au pied, ce n'est plus tellement ce qui gagne. Tout le monde tend vers le jeu. Après, bien sûr que tout le monde aimerait jouer comme le Stade Toulousain. Mais on disait déjà ça il y a 20 ans ! C'est bien qu'il y ait aussi des cultures différentes, des rugby qui s'affrontent. Le danger aujourd'hui, c'est que le rugby se ressemble un peu partout. Est-ce qu'on ne va pas s'ennuyer ? Le rugby est agréable quand il y a des oppositions de styles. Je ne pense pas que l'enjeu tue le jeu. Il fait le spectacle, le suspens et je trouve qu'il y en a en PRO D2, même s'il y a évidemment des mauvais matchs, comme il y en a toujours eu. Nous sommes toujours dans les jeux du cirque. Si, à l'époque des Romains, nous savions qui allait mourir entre le lion ou le gladiateur, il n'y aurait eu personne dans les tribunes. Bien sûr que tout le monde aimerait qu'il y ait zéro descente, zéro montée. Mais là, on va tuer l'enjeu. Alors il y aurait du jeu mais pourquoi ? Là, on va vider les stades car quoi de plus beau que les phases finales ? Il ne faut surtout pas les enlever. Ensuite, l'évolution des terrains est terrible, on ne s'en rend pas compte. Aujourd'hui, un terrain plein de boue ou gorgé d'eau, ça choque. Tout est fait pour que le joueur puisse proposer du spectacle. Et est-ce que le Racing 92 avec l'Arena, n'est pas du coup en avance sur son temps ? C'est vraiment un endroit où tout est fait pour que le spectacle soit beau. Pas de pluie, pas de vent, pas de boue. Est-ce que c'est ça le futur du rugby, c'est à dire mettre les joueurs dans des conditions optimales tout le temps pour pouvoir faire du beau rugby ? Est-ce que cela ne va pas être comme ça un peu partout ? ”

LE JEU ET SES RÈGLES

LE RÔLE DES ARBITRES



JÉRÔME GARCÈS
MANAGER DES ARBITRES
PROFESSIONNELS, INTÉGRÉ
AU STAFF DU XV DE FRANCE

“ Ce qu’il est important de savoir, c’est que l’axe fort du rugby aujourd’hui est basé sur trois principes et cela jusqu’à la Coupe du monde 2023 : World Rugby parle de *safety, speed and space*. C’est-à-dire, protection du joueur, vitesse de jeu et espace sur le terrain pour que les joueurs puissent s’exprimer. Ce ne sont pas des évolutions de règles car elles existent déjà mais c’est une application plus stricte de la mise en place sur le Tournoi 2021. La protection des joueurs, avec la mise en place du « head contact process » permet aux arbitres d’assurer la sécurité des joueurs en sachant que tous les contacts à la tête doivent être traités avec des observables assez clairs, des mots clés, que les arbitres doivent utiliser pour prendre les bonnes décisions.

Ensuite, quand on parle de vitesse de jeu, c’est à propos de la libération des ballons dans les rucks en moins de trois secondes. Quant à l’espace sur le terrain, nous nous sommes rendus compte depuis quelques années que beaucoup de joueurs qui étaient hors-jeu n’étaient pas sanctionnés alors qu’ils avaient un réel impact sur le jeu, notamment suite à du jeu au pied. Donc les directives sont assez fortes dans ce domaine, mais également sur touches et mêlées car là aussi les défenseurs prenaient le pas sur les attaquants.

Ces évolutions de règles ou directives données par World Rugby ont un réel impact sur la façon de jouer. Aux techniciens de se les approprier et de mettre en place des systèmes de jeu respectant ces trois principes. Mais ce dont on s’aperçoit aujourd’hui et qui est important par rapport aux lancements, c’est que la règle fait partie de l’analyse du jeu. Il faut bâtir toute une stratégie par rapport à ce que la règle permet de faire pour s’adapter plus rapidement que l’adversaire. Auparavant, il y avait des interventions ponctuelles auprès de l’équipe de France. Ce que nous avons mis en place pendant le Tournoi, c’est un suivi régulier en intégrant le staff. Le but est de faire comprendre aux joueurs l’importance de ces directives. Cela permet d’éviter de se faire sanctionner trop facilement, ce qui coûte assez cher au niveau international.”



Photo © Pressesports

“

Nous nous sommes aperçus, par exemple, en arrivant en équipe nationale, qu’il y avait beaucoup d’équipes, notamment de l’hémisphère sud, qui participaient aux discussions des arbitres pour faire évoluer le jeu ...

”

(Laurent Labit)



LAURENT LABIT

ENTRAÎNEUR DU XV DE FRANCE EN CHARGE DE L'ATTAQUE

“ Ce qui nous intéresse, c'est de savoir quel sera le rugby en 2023, en 2025. Il est important d'anticiper car dans notre formation, chez nos jeunes joueurs qui arriveront au plus haut niveau dans ces moments-là, les former au rugby de demain, nous évitera d'avoir de problèmes sur certains postes. Nous essayons de réfléchir et de participer à l'évolution des règles. Nous nous sommes aperçus, par exemple, en arrivant en équipe nationale, qu'il y avait beaucoup d'équipes, notamment de l'hémisphère sud, qui participaient aux discussions des arbitres pour faire évoluer le jeu. Côté nord, il y avait essentiellement les Anglais et les Irlandais. Les Français n'étaient pratiquement pas, ou pas du tout, représentés. Notre première mission a donc été de nous asseoir à la table avec eux, notamment par l'intermédiaire de Raphaël Ibanez et qui nous a raconté la surprise des entraîneurs adverses, surtout des Néo-Zélandais, en grande force, qui se demandaient ce que le représentant tricolore venait faire là.

Il faut aller vers un jeu un peu plus offensif, déstructuré, fait de prise d'initiatives et qui

récompenserait plus l'équipe qui posséderait le ballon plutôt que d'aller sur des jeux très stéréotypés, programmés, qui favorisent la défense. Mais on le voit, pour changer les règles, c'est long. Elles sont essayées aujourd'hui dans l'hémisphère sud sur le Super Rugby néo-zélandais et australien. C'est un gros avantage pour eux car si elles venaient à être adoptées, ils y seraient habitués depuis plus d'une saison. Nous essayons de faire des propositions et de discuter lors de ces réunions et on verra ce qu'on peut proposer concrètement et pourquoi pas les essayer un jour dans notre championnat.

Me concernant, puisque je suis en charge de l'attaque, pour redonner le goût de l'initiative, du spectacle et du jeu, j'aimerais bien que les équipes qui possèdent le ballon, si elles sont pénalisées en position d'attaque, ne le soient que par des coups francs plutôt que par des pénalités, Cela donnerait peut-être l'envie à plus d'équipes d'attaquer, même de leur camp car ce serait moins risqué. Et on repartirait par une mêlée ou un ballon dynamique. Ça créerait du jeu et ça l'accélérait. ”



SAÏD HIRÈCHE

CAPITAINE DU CA BRIVE CORRÈZE LIMOUSIN

“ En tant que capitaine, je suis très attentif à la communication qui doit s'installer dans un match entre l'arbitre et les joueurs de mon équipe. Il m'est déjà arrivé d'intervenir auprès d'un coéquipier pour lui dire de changer son comportement vis-à-vis de l'arbitre. Il ne sert à rien de lui parler en permanence et même moi, qui en est a priori la responsabilité, je veille à n'avoir que de rares échanges avec lui en essayant de trouver le bon timing. Ce qui m'amène à dire que je vote pour le captain' challenge s'il est instauré dans notre championnat. En 10 ans de TOP 14, je constate que le respect de l'arbitre est toujours de mise sur un terrain, c'est culturel, un peu comme s'il s'agissait de respecter la tradition. Je suis persuadé que ça le restera. J'ai aussi le sentiment que joueurs et arbitres sont, plus

que par le passé, sur la même longueur d'onde en termes de philosophie de jeu. Le monde du rugby est favorable à un plus grand volume de jeu, à plus de spectacle, et ce malgré les enjeux qui ne cessent de s'intensifier. Les arbitres de la nouvelle génération ne font pas exceptions à la règle et ils sont même devenus des acteurs à part entière du rugby d'aujourd'hui, il suffit de regarder leur performance physique sur un terrain pour s'en convaincre. Les progrès dans la gestion du jeu au sol, le rôle des arbitres de touche, l'apport incontournable de celui de la vidéo, font qu'aujourd'hui le jeu s'est davantage libéré. Bien entendu, il faudra dans l'avenir s'adapter, eux comme nous, à de nouvelles règles, mais on le sait, c'est un peu l'ADN de ce sport qui évolue sans cesse depuis sa création. ”

LE JEU ET SES RÈGLES

LE POUVOIR DE LA VIDÉO REMIS EN QUESTION



FRANCK MACIELLO

DIRECTEUR NATIONAL DE L'ARBITRAGE À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE RUGBY

“ La vidéo est un apport majeur. Les officiels ont désormais besoin de cet outil. Il n'y a en moyenne que deux appels à la vidéo par match, la durée des rencontres n'a donc pas augmenté de manière significative. Souvent, en faisant référence à la vidéo, les arbitres se protègent. Mais, attention, on ne peut pas arbitrer qu'à la vidéo car la nature même du rugby fait qu'il est impossible de tendre vers une absence totale de zone de confusion. On aura toujours recours à l'interprétation. Quand un arbitre prend une décision à chaud mais que le réalisateur passe plusieurs ralentis sur les écrans, ne va-t-il pas instiller le doute chez les joueurs, spectateurs et même les arbitres ? L'arbitre se retrouve souvent pris

entre le marteau et l'enclume. Soit on lui reproche de trop appeler la vidéo, soit de ne pas l'appeler assez. Un protocole interdit de remonter à plus deux rucks avant l'essai pour juger d'une faute éventuelle. Mais quand un réalisateur montre un en-avant 6-7 temps de jeu avant l'essai, l'arbitre est coincé. L'image nous sert et nous dessert. Pour rendre à l'arbitre son vrai pouvoir de décision, il ne faut que pas l'image vienne montrer qu'il se trompe, sinon il va l'utiliser, quitte à rompre le protocole des deux rucks maximums. Parfois, l'arbitre cède, ça arrive. Même si on est dans l'ère de la précision, il faut être prudent sur ce point sinon les matches vont durer des heures. La vidéo a permis de nettoyer le jeu de phases déloyales et dangereuses.

L'image arrêtée permet de statuer sur le point d'impact mais l'arbitre doit considérer la situation à vitesse réelle pour prendre sa décision car les ralentis peuvent être déformants, notamment sur les plaquages à retardement. Doit-on autoriser les joueurs, comme en tennis et volley, à pouvoir demander la vidéo une ou deux fois par rencontre ? Je réponds : que voulons-nous et quid de la durée des parties ? C'est à la LNR à mettre ça sur la table avec la commission sportive. Je ne sais pas ce qu'il en sortira. Doit-on être dans une quête absolue de vérité ou doit-on simplement respecter les règlements et les protocoles ? On a besoin d'une concertation avec toutes les parties prenantes et les diffuseurs pour savoir ce qu'on veut. ”



MATHIEU RAYNAL

ARBITRE INTERNATIONAL

“ Elle amène de la précision dans la décision, elle a assaini et démocratisé le jeu. C'est un filet de sécurité qui nous déstresse sur le champ mais il y a une dérive récente et globale avec un désir de tout vouloir contrôler. On va chercher des trucs insignifiants qu'on met en lumière via des images, c'est révélateur de l'esprit du moment. Quand on débriefe avec les entraîneurs, ils nous font des retours précis et minutés sur chaque cas litigieux. Cela nous pousse, nous, sur le champ à arbitrer d'une manière très technique et cela incite les arbitres vidéo à intervenir parfois excessivement parce qu'ils ont peur qu'on leur reproche un oubli.

Plus ça va, plus on élargit le champ d'expression de la vidéo : juste l'en-but, puis aussi les 5 mètres, puis le jeu déloyal, puis le captain' challenge qui pointe son nez. On tâtonne. Pour en avoir beaucoup discuté avec des arbitres néo-zélandais, celtes et sud-africains, qui le testent depuis un moment, je sais que l'expérience captain' challenge n'est pas du tout concluante. Par exemple, il y a eu 61 minutes de temps de jeu cumulé sur une journée de Rainbow Cup sans amener plus de vérité ni de meilleures décisions. Si l'équipe qui veut vérifier a finalement raison, elle garde son challenge, un peu comme au tennis. Les arbitres ne s'en sortent

pas dans les cinq dernières minutes à tout vérifier. Je trouve que le système actuel fonctionne globalement. Seulement, quand un arbitre vidéo m'appelle, je veux qu'il ait des certitudes, pas des doutes avec un désir de contrôle. La faute doit venir à lui, il ne doit pas aller la chercher. C'est ma philosophie et c'est ce que je demande à chaque match. Quand on fait des réunions, entre arbitres qui sont censés être les 20 meilleurs du monde, il arrive que la salle soit partagée à l'étude d'un cas vidéo. C'est la nature même de ce sport qui fait que, sur certains cas, il ne pourra jamais y avoir de décision incontestable. ”



PHILIPPE BONHORE
ARBITRE VIDÉO

“ L’arbitrage vidéo a un vrai impact. On a sanctionné beaucoup les plaquages en l’air, on en voit désormais beaucoup moins. Ce sera bientôt la même chose pour les plaquages hauts et les coudes en avant. L’arbitre vidéo doit rester à sa place, il doit rester un support de l’arbitre de champ, certains l’oublent parfois en intervenant trop. Le patron reste l’arbitre central. Nos interventions doivent permettre de sanctionner, pas de vérifier. Il y a une relation de confiance et de complicité capitale à créer avec l’arbitre du pré. Constituer des binômes fixes pourrait être une solution afin vraiment d’œuvrer en adéquation, d’avoir la même vision,

de débriefing régulièrement, de s’ajuster. J’en forme d’ailleurs un en Coupe d’Europe avec Mathieu Raynal. En France, cela a longtemps été compliqué à cause des départements, s’ils sont communs aux équipes et aux arbitres, mais cet interdit est moins en vigueur. J’ai arbitré Montpellier-Brive par exemple (ndlr : il est de Béziers). Un autre axe de développement concerne la relation avec les réalisateurs. On a un briefing avant les matches, certains sont réceptifs et collaborent, d’autres sont radins en images et ne se soucient que de « leur spectacle », comme m’a dit l’un d’eux. World Rugby a compris qu’il serait mieux que l’on ait la main sur les

images et a mis en place un système de Hawk-Eye. L’arbitre vidéo dispose d’un technicien-monteur à ses côtés, qui lui montre toutes les images qu’il veut. Ce serait cher à mettre en place en France, je suppose. En PRO D2, depuis le début de saison, on a toutefois deux écrans dont un avec des images décalées de 7 secondes qui permet de vérifier à vitesse réelle et immédiatement une situation douteuse. Il suffit de tourner la tête pour avoir un jugement plus précis. Cela permet souvent de trancher sans avoir besoin d’arrêter le jeu et d’alerter l’arbitre de champ. C’est une innovation extraordinaire. J’espère que nous l’aurons bientôt en TOP 14. ”

“

*L’image nous sert
et nous dessert ...*

”

(Franck Maciello)



HENRY CHAVANCY
JOUEUR DU RACING 92

“ L’arbitrage vidéo est évidemment un outil intéressant et pratique pour éviter l’injustice ou juste le sentiment d’injustice sur des situations litigieuses. Il n’y a rien de pire que de perdre un match sur une erreur de jugement que l’on aurait pu vérifier à la vidéo. On veut tout contrôler, c’est factuel. Après, je ne crois pas qu’il faille l’utiliser plus souvent, à outrance, il faut laisser l’arbitre juger de la pertinence du recours. Pour être complètement honnête, on sent ces derniers mois une certaine dérive de nous, joueurs, à vouloir apostropher l’arbitre trop souvent pour lui demander de vérifier un peu tout. C’est la même chose pour

les entraîneurs. Dès qu’il y a un événement contre nous, on a tous ce réflexe de la demander. Vidéo est un mot qu’on entend désormais très souvent sur les bords de touche, de la part des staffs. On essaie tous de s’en sortir avec la vidéo, alors on la réclame. Tous les acteurs le font mais, avec du recul, ce n’est sans doute pas une bonne chose car cela hache trop le jeu. Il ne faut pas qu’on oublie que, vidéo ou pas, deux arbitres ne donneront pas forcément la même décision sur la même situation. Il n’y a pas de science exacte. C’est pourquoi il n’est pas forcément utile d’influencer l’arbitre pour lui demander un recours vidéo. L’instauration des protocoles permet

une certaine uniformisation de son recours par les arbitres, ce qui évite aux joueurs d’avoir un sentiment d’incompréhension et c’est très bien ainsi. Il faut que les acteurs parviennent à se dire que les arbitres, du champ et vidéo, restent les mieux placés pour voir et juger d’une faute grossière. Je crois qu’on devrait leur laisser à eux seuls la possibilité de la demander. Malheureusement, je crois qu’inéluctablement, à terme, ce sera compliqué d’interdire à un joueur ou à un coach de pouvoir la demander. Je le regrette pour le jeu, même si j’ai conscience d’être parfois le premier à la réclamer. ”

FACE À

LE JEU ET SES RÈGLES

JOËL JUTGE

Responsable des performances et du développement des arbitres à World Rugby

1

Beaucoup de jeu au sol, de jeu au pied, des défenses hermétiques.

Comment évoluer, grâce à la règle, vers un rugby moins stéréotypé ?

Effectivement, nous avons été surpris en novembre dernier par l'importance du jeu au pied pratiqué notamment par l'Angleterre et la France. En premier lieu parce que ces 2 équipes ont des joueurs merveilleux pour jouer, mais surtout parce que les règles et les consignes actuelles favorisent l'équipe qui porte le ballon. Les statistiques sont édifiantes : la défense est sanctionnée à hauteur de 60-65%. En Coupe d'Europe, l'équipe prenant le jeu à son compte fini souvent par déstabiliser la défense ou par obtenir une pénalité. Quant au jeu au sol, je pense que nous devons changer certaines choses. On nous apprenait, naguère, qu'au sol, le joueur est inutile et n'a aucun droit. Les arbitres doivent aussi récompenser plus vite le gratteur, c'est ce qu'a décidé le groupe de réflexion de World Rugby, il y a 6 mois.

2

Comment définiriez-vous la mission de l'arbitre sur un terrain ?

Les arbitres sont là pour créer les conditions pour jouer un bon rugby, c'est-à-dire préserver les trois principes fondamentaux que sont la sécurité, l'équité et la continuité. Pour la continuité, la notion d'espace devient essentielle, les hors-jeu doivent être parfaitement arbitrés afin que l'équipe qui porte le ballon ait la sécurité nécessaire pour jouer. Nous voulons renforcer la sécurité du joueur et certaines pratiques doivent disparaître. Je pense au raffut coude en avant ou aux déblayages. Nous avons tenu nos engagements car il y a eu cinq cartons rouges dans le Tournoi, du jamais vu. Par notre détermination, nous espérons changer les mauvaises habitudes dans le but d'avoir des comportements « propres » pour la Coupe du Monde 2023 qui se déroulera sur notre territoire. Nous réfléchissons actuellement à modifier la règle du « latcher », c'est-à-dire à empêcher ou interdire d'avoir des joueurs liés au porteur de balle avant d'aller au contact. Il est dangereux d'avoir 300kg contre 100kg, c'est également injuste pour le gratteur de ne pas pouvoir contester le ballon car les soutiens au porteur de balle sont au sol protégeant le ballon.

3

L'utilisation de la vidéo alimente toujours le débat. Comment mieux la réguler ?

La vidéo dans notre sport est incontournable, elle ne disparaîtra plus. Elle est indispensable par exemple pour lutter contre le jeu déloyal. Nous devons apprendre à l'utiliser à bon escient. Je partage l'idée que nous l'utilisons trop, mais on ne peut passer sous silence l'immense pression que reçoit le corps arbitral pour faire appel à la vidéo de la part des joueurs, entraîneurs et des ... réalisateurs. Nous sommes vulnérables, car ce sont les réalisateurs des matchs qui ont le pouvoir de l'image, le pouvoir de repasser plusieurs fois certains ralents dans les stades et les télévisions, certaines collisions, certaines passes « limites », qui font réagir. Le corps arbitral se retrouve alors sous une très grande pression, le doute peut s'installer très rapidement et lorsque c'est le cas, les arbitres mettent beaucoup (parfois trop) de temps pour décider. Le corps arbitral connaît parfaitement l'impact d'un carton jaune ou rouge, il se doit par conséquent d'être très précis dans ses observables afin de prendre la décision appropriée. Cela demande une grande maîtrise dans l'observation et la prise de décision.

ARCADE

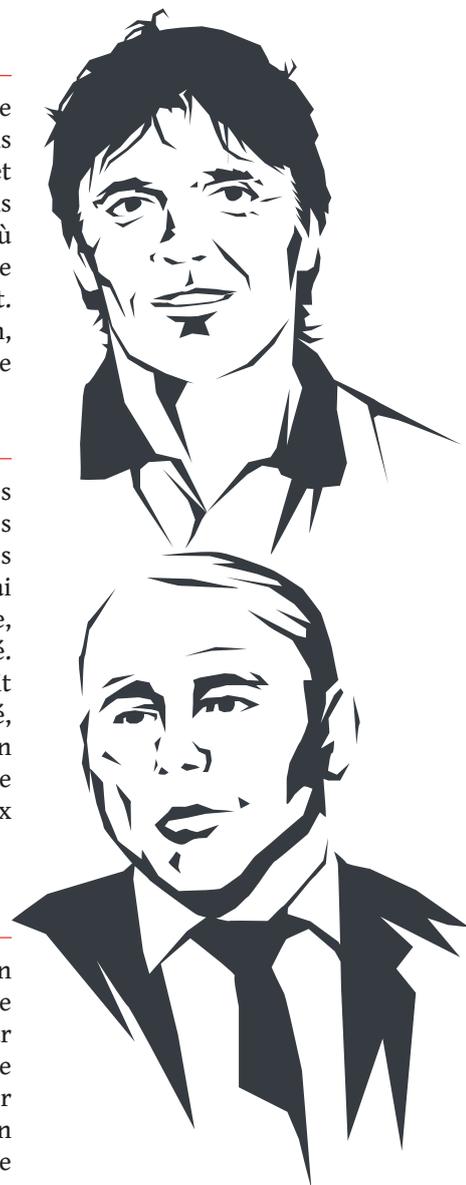
CÉDRIC HEYMANS

Consultant CANAL +, ancien joueur international (59 sélections)

Je suis convaincu que ce jeu stéréotypé, qui peut amener par exemple plus de 2 minutes de jeu au pied ping-pong, est en fait le résultat d'un état d'esprit qui rend certaines formations prisonnières de l'enjeu. Au plan de la règle, on a suffisamment avancé sur le jeu au sol et les joueurs sont de plus en plus disciplinés. Moi, je ne veux plus revoir ce que nous avons vécu en 2008 avec le Stade Toulousain face au Munster en finale de la Coupe d'Europe où l'on perd sur des pick and go interminables. Les équipes doivent se libérer de la pression de l'enjeu, ce que n'a pas su faire La Rochelle en finale alors qu'ils la dominant de bout en bout. À l'état d'esprit, qui consiste à refuser de vivre avec la peur de perdre, j'ajoute la formation, l'éducation, celle qui va t'amener à vivre des milliers de situations à l'entraînement que le joueur va reproduire presque inconsciemment en match.

Le Covid a enlevé la pression du public sur les arbitres. La jeune génération prend ses responsabilités et participent activement au jeu. Il faut dire qu'ils affichent tous des capacités physiques exceptionnelles qui selon moi ont des effets positifs, par leur présence sur tous les points chauds, sur la fluidité du jeu, le temps de jeu effectif, en un mot le spectacle. Je serai curieux de lire des données chiffrées dans ce domaine. Ce qui ne change pas, en revanche, c'est que la règle en rugby est sujette à l'interprétation. Donc à une part de subjectivité. Mettons-nous donc dans la tête que l'arbitre peut se tromper, qu'il en a même le droit puisqu'il fait partie du jeu. J'entends encore ici et là des critiques sur leur honnêteté, franchement moi je n'ai aucun doute sur leur probité. Maintenant, je comprendrais que l'on décide qu'ils doivent tous être professionnels à temps plein, les arbitres de centre, comme ceux de la touche et bien entendu celui chargé de la vidéo. Nous avons dans ce domaine dix ans de retard.

La vidéo est dans son utilisation, parfois abusive, anti-rythme, anti-fluidité, en un mot chronophage et par conséquent anti-jeu. Elle fragilise l'arbitre de centre, elle le déresponsabilise ce qui crée de l'instabilité au sein de la rencontre. Les joueurs ont peur de perdre et les arbitres peur de se tromper. Je peux comprendre le stress de prendre une mauvaise décision, ou pas de décisions du tout, mais mise part le jeu déloyal, qui doit rester implacable, les échanges interminables pour accorder l'essai alors que personne ne voit rien dans la majorité des cas nuisent grandement au spectacle. L'arbitre doit être en capacité de dire tout simplement à son homologue de la vidéo : « je ne vois rien du tout ». Essai ou pas essai ? C'est la seule question qui vaille. Je reviens sur le jeu déloyal, il ne faut surtout pas faire marche arrière, et l'arbitre vidéo doit déjuger son arbitre de centre s'il estime que la sanction n'est pas adaptée. On l'a vu récemment en finale de Coupe d'Europe.



STAFFS EN RECHERCHE PERPÉTUELLE DE PERFORMANCE

NICOLAS GODIGNON
FUTUR ENTRAÎNEUR AU ROUEN NORMANDIE
RUGBY, INTERVENANT À L'IFER

Quand Didier Nourault, le président de TECH XV, m'a proposé d'intervenir auprès d'entraîneurs sur la thématique « Management d'une équipe de joueurs professionnels » j'ai tout de suite accepté car la formation a toujours été pour moi une constante dans mon parcours.

J'étais déjà intervenu dans le cadre du Comité pour les Brevets Fédéraux et le DE (diplôme d'état) et mon trajet d'entraîneur de l'école de rugby au professionnel, en passant par les Crabos a toujours été accompagné de séances de formation. Et mon passage au Centre de Droit et d'Économie du Sport de Limoges en fait bien entendu partie intégrante. On ressort toujours enrichi d'une formation que l'on soit intervenant ou stagiaire, dans la mesure ou on privilégie l'échange, ce qui dans notre sport est quasiment une règle d'or. Je conçois donc l'activité, non pas sur le ton de la leçon, mais plutôt sur le partage d'expérience.

Avec les cinq entraîneurs qui avaient opté pour cette formation, nous avons travaillé les bases du management, notamment les grands principes : directif, participatif,

délégitif et l'équilibre qu'il faut parfois trouver pour conjuguer les trois modes de management dès lors que l'on se trouve dans des situations particulières.

Je me suis surtout attaché à leur parler des outils nécessaires pour avoir des données tangibles sur les joueurs mais aussi sur les membres d'un staff. Les entretiens individuels font partie de ces outils dans leur manière de les gérer et d'en assurer le suivi tout au long d'une saison car pour bien travailler, il faut connaître les gens qui vous entourent.

Comment mieux identifier le profil d'un joueur par exemple : en le questionnant sur ses objectifs, son plan de développement, son ressenti au sein du groupe, ses activités en dehors du club, l'après carrière...

Ces outils d'aide au management ne peuvent pas ignorer la charge mentale que réclame la haute performance et les échanges ont aussi portés dans ce domaine en argumentant que pour mieux aborder un événement important, il était préférable de se concentrer sur toutes les clés de la performance et non pas sur le seul résultat. Cela peut passer également par une aide personnelle que le manager ou l'entraîneur en chef va aller chercher auprès d'un préparateur mental, d'un psychologue ou tout simplement d'un proche bienveillant.

COMMENT TROUVER SA PLACE DANS UN STAFF



JULIEN PURICELLI
ENTRAÎNEUR DE LA TOUCHE AU LOU RUGBY

“ J'ai vécu ma dernière saison avec le double statut de joueur et d'entraîneur, mais je n'avais aucune idée de ce qui m'attendait une fois ma carrière de joueur derrière moi. Et la saison que je viens de vivre m'a très vite ouvert les yeux. Entraîner exige une formation, l'apprentissage d'une méthode, le savoir-faire et le savoir-être pour transmettre et donc, en résumé, un diplôme. Paradoxalement, j'ai senti la nécessité de me débarrasser du vécu du joueur, de partir en quelque

sorte d'une page blanche, tout en mettant des mots et des concepts sur l'expertise qui m'a été confiée. Le plus difficile dans la transmission, c'est d'amener le joueur à découvrir la solution à des situations, c'est le responsabiliser, et non pas imposer un savoir. Je n'avais pas conscience de l'importance d'une telle démarche pédagogique, mais au fil des séances et des matchs ma manière de fonctionner a changé, en particulier grâce au terrain bien entendu, mais aussi à la formation au DE JEPS que

je suis à Lyon. Je découvre aussi que se former c'est accepter de se planter. Mon intégration dans le staff a été facile et au plan social, les relations sont devenues très vite plus harmonieuses. Je commence à peine à mesurer l'ampleur de ce métier, l'étendue des problématiques et des compétences qu'il requiert. Ce qui est évident pour moi c'est qu'au cours de cette saison, malgré la situation sanitaire, je me suis senti de mieux en mieux dans mon rôle et de plus en plus demandeur d'expérience. ”



MATHIEU LEROY
ANALYSTE RUGBY AU STADE ROCHELAIS

“ Le staff du club a quadruplé son effectif en 10 ans. Quand j’ai débuté, nous étions une petite structure de 5 personnes dans laquelle je me suis facilement intégré.

Aujourd’hui, c’est une grosse machine qui travaille dans la coulisse pour le bien du collectif. Toutes les énergies doivent converger vers l’équipe professionnelle en additionnant les compétences de chacun et en veillant bien à ce que nous soyons tous au même niveau d’information. D’où le souci de communication permanent avec des réunions matin et soir. La pression est générale, l’adrénaline gagne tout le monde, cela peut être usant à la longue mais en revanche toujours enrichissant.

Quand j’ai commencé, je me contentais de faire des découpages vidéo à l’attention du coach et aujourd’hui, je suis plus impliqué. Je peux, par exemple, en visionnant le dernier match de notre futur adversaire, découvrir des lancements en touche dans certaines parties du terrain et les partager avec nos entraîneurs.

En 10 ans, le métier a changé et nous sommes devenus les yeux des coaches. À nous de leur donner des infos utiles, vérifiées et susceptibles d’amener un plus à l’équipe. Mais dans tous les secteurs du staff c’est la même manière de travailler. Un staff, c’est une équipe soudée et compétente, mais c’est aussi une société un peu dure où les egos et la concurrence se manifestent au quotidien. La frustration de ne pas être autant reconnu que les préparateurs physiques est toujours d’actualité mais ce milieu c’est aussi des relations humaines fortes et pérennes dans certains cas. La routine ne risque pas de s’installer car le turn-over des entraîneurs est assez régulier. Le duo Gibbes/O’Gara délègue davantage que celui formé par Collazo/Garbajosa qui, lui, a bâti les bases du jeu Rochelais.

Si je fais un peu le bilan, au plan personnel, j’estime pouvoir encore progresser dans mon domaine, tout en continuant à me former aux nouveaux logiciels, et en privilégiant le côté humain qui me paraît indispensable au sein du rugby professionnel.

Quand vous lirez ces lignes fin juin (*entretien du 5/05*), peut être aurons-nous décroché un titre, voire deux ou rien du tout. Ce qui est sûr, c’est que nous abordons une ligne droite de 5 à 6 semaines au cours desquelles les 22 membres du staff seront entièrement, 7 jours sur 7, au service du bien collectif. ”

“

*Dans un staff,
confiance et solidarité
me semblent être
des paramètres
incontournables ...*

”

(William Servat)



WILLIAM SERVAT
ENTRAÎNEUR ADJOINT DU XV DE FRANCE

“ Lors du premier séminaire, on s’est vite rendu compte que nous avons la même philosophie de jeu, ce qui facilite évidemment la communication à l’intérieur d’un staff.

Sous l’impulsion de Fabien Galthié, la complémentarité s’est vite installée entre tous les entraîneurs, mais également avec les autres cellules qui sont essentielles à la performance. Nos tâches ont été parfaitement définies, chacun a pu occuper une vraie place et assumer une vraie responsabilité. Nous avons tous besoin de liberté - dans un cadre défini - pour nous épanouir et donner ainsi le meilleur de nous-mêmes pour l’équipe. C’est vital de se sentir bien et reconnu dans un staff, ce qui n’est pas toujours forcément le cas.

Après plusieurs mois passés ensemble, je dirai même que cette complémentarité a atteint un niveau élevé. Nous échangeons beaucoup entre nous car tout est étroitement lié sur un terrain, les phases de combat, le jeu déployé, la conquête, les ballons portés, la défense bien entendu. Tous ces secteurs sont à mettre en relation, afin de trouver le subtil équilibre qui va renforcer ton jeu et par conséquent mettre l’adversaire en difficulté. Joueur, c’était déjà pour moi une priorité que d’avoir cette vision globale du jeu, ma formation du DES JEPS n’a fait que confirmer cette conviction et aujourd’hui, la mettre en place pour le XV de France est un vrai challenge. D’où l’importance d’avoir une confiance absolue dans ses collègues, de se dire les choses, de ne jamais laisser le moindre doute s’installer à l’intérieur du staff. Pour autant, sur des staffs aussi nombreux, on ne peut pas être ami avec tout le monde. Chacun a son caractère, sa manière de concevoir la vie, mais en revanche, pour mener à bien un projet comme le nôtre, confiance et solidarité me semblent être des paramètres incontournables. À l’image d’ailleurs de ce qui doit unir les joueurs sur le terrain. ”

STAFFS EN RECHERCHE PERPÉTUELLE DE PERFORMANCE

ÉVOLUTION DU RÔLE DE MANAGER



CHRISTIAN LANTA
MANAGER DE L'USA PERPIGNAN

“ J’ai commencé à entraîner en 1984 au CASG avant la fusion avec le Stade Français. En 37 ans, j’ai connu 7 clubs différents et à chaque fois j’ai eu le sentiment très marqué de vivre ma passion et en même temps d’exercer mon métier, une forme de privilège. En 1990, quand nous sommes champions de France avec le Racing, j’étais seul aux manettes et au fil des saisons je suis devenu manager par nécessité, au fur et à mesure que les staffs grossissaient. Aujourd’hui, je ne suis plus sur le terrain mais j’accompagne mon staff au quotidien. Je l’aide à trouver des solutions, je le pousse dans ses retranchements et de temps en temps, j’interviens auprès des joueurs. Pour qu’un staff fonctionne de façon optimale, il faut beaucoup de confiance entre ses membres, d’écoute mutuelle, de respect du travail de chacun. C’est le cœur de ma mission. Une harmonie qui parfois peut être bousculée parce que la pression est omniprésente, que la concurrence existe aussi, et que toutes ces responsabilités doivent

pouvoir s’exprimer librement au service du collectif. Il y a une quantité énorme de données scientifiques à traiter dans le rugby moderne et les entraîneurs veulent de plus en plus de garanties de performance. Mais n’oublions pas que le joueur n’est pas une machine et que la répétition des matchs ne doit pas impacter l’indispensable récupération, tout comme les temps de respiration que doit s’accorder un staff qui a la tête dans le guidon 11 mois sur 12. J’ai la conviction que le rugby va encore évoluer. Probablement vers plus de polyvalence, avec des morphologies différentes, une imagination toujours en marche que ce soit chez les entraîneurs ou les joueurs, même si parfois la tendance à faire comme le voisin s’exprime, y compris au plus haut niveau. Il y aura toujours de choses à inventer, c’est ce que j’explique à mes deux entraîneurs, Patrick Arlettaz et Gérald Bastide, qui doivent désormais voler de leurs propres ailes. ”



PIERRE MIGNONI
MANAGER DU LOU RUGBY

“ Comment prendre du recul, comment ne pas garder perpétuellement la tête dans le guidon quand on fait ce métier ? C’est possible, en impliquant davantage les adjoints en qui j’ai une totale confiance, en mettant en place une organisation adaptée qui permet justement de faire des pauses, mais en même temps j’ai besoin d’avoir le contrôle sur l’environnement mais aussi sur les détails. C’est, comme toujours dans la vie, une question d’équilibre qu’il faut arriver à trouver. Ce n’est pas simple et c’est pour cela que je me fais aider au plan personnel. Depuis quatre ans, je travaille sur la maîtrise de mes émotions et c’est devenu pour moi quasiment indispensable. J’ai appris à relativiser, à ne pas me laisser envahir par la colère et la frustration. Cela étant, je peux être dur quand il le faut.

Je ne suis pas là pour jouer un rôle surtout quand on parle de transmission. On se doit d’être honnête et loyal en toutes circonstances avec ses joueurs, son staff. Cette approche mentale de la performance est devenue incontournable pour tous les sportifs de haut niveau et nos joueurs en ont pris conscience. Ils travaillent régulièrement sur le sujet. Manager ou entraîneur est devenu un métier usant parce qu’il est aussi, pour la grande majorité d’entre nous, une addiction. Surtout ne rien regretter, l’aventure est belle, la passion est intacte. Je dis toujours, en rigolant, que si je meurs un jour au bord du terrain en plein match, surtout ne soyez pas peinés pour moi, parce que ça me va bien, en tout cas mieux que dans un accident d’avion. ”

“

*Depuis quatre ans je travaille
sur la maîtrise de mes émotions ...*

”

(Pierre Mignoni)



Photo © P. Olombel



PIERRE-HENRY BRONCAN
MANAGER DU CASTRES OLYMPIQUE

“ Tout est important dans la bonne marche d'un staff, à commencer par le Team Manager, celui qui sait résoudre les petits soucis au quotidien, en termes d'organisation sur un déplacement, ou venir en aide à un joueur qui vient d'intégrer le groupe. Les staffs ont quadruplé de volume en 15 ans. Quand j'entraînais Colomiers nous étions cinq, aujourd'hui quand on se déplace avec le CO sur un match de TOP 14, c'est un staff de 13 personnes qui montent dans le bus avec les joueurs. Dans la semaine, je regarde la vidéo de tous les entraînements et j'analyse chaque joueur, ce n'est qu'après que je consulte les Data collectées par Julien Rebeyrol pour avoir des explications sur telle ou telle attitude. Je m'appuie en grande partie sur Vincent Giaccobi, le directeur de la performance, qui lui planifie l'intensité des entraînements. Il est mon bras droit pour me permettre avec la collaboration de mes deux adjoints terrain de construire une équipe compétitive. C'est un travail d'équipe à

l'exception de l'approche mentale, un domaine que je ne délègue pas et que je mène en parallèle avec un spécialiste. Grâce à son expertise, je me forme à cette discipline essentielle dans un sport de combat comme le rugby. On met en place des stratégies mentales pour préparer une rencontre, mais aussi pour l'analyser une fois jouée avant de réattaquer la semaine. Cela demande évidemment l'adhésion des joueurs et des échanges poussés. Ce sport est en perpétuel bouleversement, et à titre d'exemple, je crois que nous aurons, dans un futur proche, au sein des groupes, des joueurs hybrides qui pourront occuper deux à trois postes, devant et derrière. Des profils d'athlètes dotés d'un gros bagage technique ou deux demi de mêlée pour accélérer encore plus le jeu qui se partageront le terrain. L'évolution est permanente en rugby et forcément passionnante.

”

STAFFS EN RECHERCHE PERPÉTUELLE DE PERFORMANCE

LES DIFFÉRENTS ASPECTS DE LA DIMENSION MENTALE DANS LE RUGBY MODERNE

**MICKAËL CAMPO**

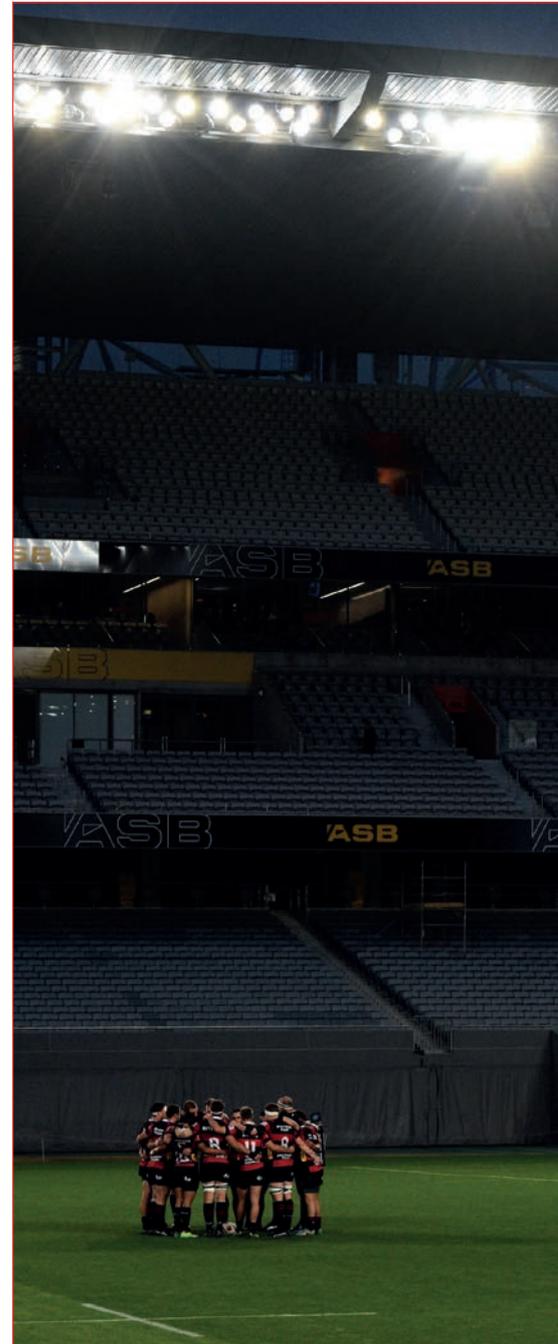
RESPONSABLE SCIENTIFIQUE DU PMAS (PRÉPARATION MENTALE - ACCOMPAGNEMENT DES STAFFS) AU SEIN DE LA FFR

“ La préparation mentale a toujours existé dans le rugby, longtemps sous une forme empirique avec, à titre d'exemple, le traditionnel discours du coach dans le vestiaire mais sans aucune base scientifique parce que tout simplement, on n'avait pas conscience que l'on pouvait être précis et juste dans cet exercice et en faire par conséquent un vrai domaine d'expertise. À l'image de la préparation physique, les séances de préparation mentale se préparent, se planifient sur la saison en fonction des besoins de l'équipe.

Au sein de la FFR, nous avons fait depuis 2018, date de la création d'un département dédié à cette discipline, de gros efforts avec l'installation du PMAS (préparation mentale et accompagnement des staffs). Tous les entraîneurs des équipes de France ont pleinement adhéré au dispositif mis en place d'autant plus facilement que notre fonctionnement consiste à placer l'entraîneur en première ligne. Il est, c'est notre conviction, le premier préparateur mental de son équipe. Il mène la séance en étant toujours connecté au terrain et à ses problématiques. Je peux intervenir pour préparer le contenu avec lui et débriefer mais l'expert c'est l'entraîneur. Ceci implique qu'il doit se former, acquérir des connaissances en psychologie du sport, être en capacité de construire des protocoles. La PMAS va en plus lui apporter des connaissances fines et des outils d'analyse qui vont lui permettre d'optimiser cette préparation mentale et donc les performances de l'équipe. Avec l'équipe de France à 7, on travaille très en profondeur sur des protocoles de développement de l'intelligence émotionnelle (voir entretien avec Jérôme Daret). Mais aussi avec les moins de 20 en amont du deuxième titre d'affilé de champion du monde. Avec Sébastien Piqueronies, le manager, et ses joueurs, nous avons analysé le poids de l'héritage sur une équipe dont le défi était de performer aussi bien que la précédente et donc d'être elle aussi sacrée championne du monde. Cet accompagnement, que nous avons mis en place auprès des entraîneurs de la FFR, nous conduit parfois à les rassurer quand les résultats ne sont pas au rendez-vous mais c'est toujours sur des considérations scientifiques jamais sur l'empirisme.

Dans ce domaine de la préparation mentale adaptée au très haut niveau, nous accusons, c'est vrai, un certain retard, il y a une dizaine d'années. Non seulement nous l'avons comblé, mais aujourd'hui nous sommes en avance sur les autres nations.

”



“

*Le premier préparateur mental de l'équipe
c'est son entraîneur ...*

”

(Mickaël Campo)



JÉRÔME DARET

MANAGER DE L'ÉQUIPE DE FRANCE À 7

“

L'intelligence émotionnelle fait partie intégrante de la performance individuelle et collective. Il s'agit pour le joueur d'être en capacité de comprendre ses émotions liées au terrain ou en dehors. Ces émotions sont nombreuses : la peur de perdre, de se blesser, de ne pas être à la hauteur de l'événement. Le plaquage raté, le sentiment d'injustice, la colère, nourrissent l'intelligence émotionnelle négative qui va venir polluer la performance, mais il n'y a rien de plus normal, de plus humain. Sauf que travailler sur ces émotions, c'est chercher à se comprendre, à s'accepter, à s'aider et à s'entraider, car n'oublions jamais que le cerveau reste le chef d'orchestre de notre organisme.

Le concept de performance nécessite un état émotionnel stable et bien géré, propre à engendrer la confiance en soi et une autodétermination durable. Les sept personnes qui composent notre staff sont sensibilisés à cette démarche, tous au même niveau d'information dans ce domaine, et tous en capacité d'animer des ateliers pour développer cette intelligence émotionnelle incontournable dès lors que l'on aborde le très haut niveau.

Cela passe par une libération de la parole à travers des échanges collectifs sur des thématiques précises. Exemple : la gestion du vestiaire lors de l'avant-match et le ressenti des joueurs dans ce contexte. Faire cohabiter celui qui stresse avec celui qui se concentre dans son coin, comment s'entraider, qu'est-ce qui vous perturbe, comment se rassurer avant un tel enjeu, la peur de mal faire... tous les ressentis sont mis sur la table. Il faut arriver à recréer les conditions de la compétition, de façon à prendre de la hauteur sur cette intelligence émotionnelle, la désacraliser en quelque sorte, afin de mieux la gérer.

Les progrès des joueurs dans ce domaine ouvrent des perspectives vers des stratégies originales, des nouvelles tactiques, des séances d'entraînements inédites.

C'est un travail de longue haleine dont nous sommes en train de mesurer les bienfaits au vu de nos derniers résultats.

”

FAOCE

STAFFS EN RECHERCHE PERPÉTUELLE DE PERFORMANCE

JULIEN PISCIONE

Responsable de la Cellule Recherche et Développement de la FFR

1

Les Data ont fait des progrès énormes au cours des dernières années. Dans quels domaines ?

Dans le domaine de la performance pure et celui de la santé des joueurs, les Data ont fait un bond spectaculaire. L'analyse vidéo est devenu très sophistiquée sous l'impulsion de sociétés qui se sont spécialisées dans les statistiques et qui obligent les staffs à se doter d'analyste de la performance. L'évolution technologique, grâce au GPS, permet de scanner le joueur dans tous ses efforts et ses activités de déplacements, de mesurer ses collisions, de positionner son corps dans l'espace sur une passe ou un plaquage, de mieux gérer les temps de récupération sur une séance. Il est donc possible pour un staff d'être plus précis au plan technique, physique et stratégique, de planifier les entraînements en fonction de toutes ces données.

2

Et aller encore plus loin n'est-ce pas prendre le risque de noyer l'entraîneur sous trop d'informations ?

C'est le danger, mais c'est là qu'intervient la deuxième révolution. Elle est conduite par des jeunes issus des métiers du sport et notamment de la préparation physique, qui maîtrisent la captation, les données, leur lecture et leur traitement. Ce sont des Data Scientists qui vont amener les entraîneurs à pouvoir personnaliser l'entraînement, à privilégier le qualitatif et le spécifique en leur confiant des données essentielles et individualisées. L'individu n'est pas un robot et si on veut qu'il soit prêt le jour J, il est important de prévenir la blessure, de gérer sa charge de travail, de définir des protocoles de retour à la compétition... Plus les entraîneurs seront précis sur l'intensité physique et les spécificités des séances plus l'entraînement sera optimisé. Et les GPS nouvelle génération sont en mesure de renseigner en direct et précisément l'entraîneur sur la qualité des entraînements.

3

Personnaliser et optimiser le chemin vers la haute performance au service du collectif ! C'est cela l'enjeu ?

C'est en effet le but à atteindre. Comment mieux gérer un effectif sur une saison longue qui sollicite énormément les organismes. Une étude scientifique montre clairement que le nombre total de jours d'absence pour blessures au sein d'un effectif est inversement proportionnel au classement de l'équipe en fin de saison. C'est dire si la performance est étroitement liée à la bonne santé du groupe. La haute intensité que réclame aujourd'hui le rugby professionnel a besoin d'innovations technologiques, de statistiques, d'une surveillance médicale permanente. L'expérience liée au temps passé sur le terrain ne suffit plus à un entraîneur pour aborder la compétition de haut niveau. L'environnement va très vite et toutes ces données scientifiques réclament une expertise globale dans laquelle il faut désormais intégrer l'approche émotionnelle du joueur par rapport à la compétition. C'est probablement dans ce domaine que les staffs vont désormais faire porter leurs efforts.

DATA

GILBERT GASCOU

Responsable de la préparation physique du Racing 92

En l'espace de 15 ans, on a changé de sport. Les joueurs sont plus combattants, plus endurants, plus rapides, plus puissants. Les Data nous renseignent en permanence sur leur évolution, leur progrès, mais aussi sur leurs carences, et bientôt sur les ondes de choc ressenties en match et à l'entraînement. C'est le GPS qui poursuit ses innovations technologiques et qui offre des données de plus en plus précises et pertinentes. Mais je continue de croire qu'il faut rester très humble vis-à-vis de tous ces résultats. L'expérience est aussi très importante, elle permet de prendre du recul et de toute manière l'entraînement reste le fruit d'un carrefour d'expertises. Ne jamais perdre de vue que les Data sont là pour être au service du jeu et du collectif.

Nous n'arrêterons pas les progrès des Data car elles vont nous permettre de faire évoluer le jeu en fonction du projet défini. Elles vont aussi nous autoriser à cibler les changements de niveau, en étant encore plus précis sur les allures à haute intensité, à évaluer la tâche au poste et donc à profiler les qualités indispensables d'un 2^e ligne par exemple. Quantifier et adapter tout au long de la saison la charge de travail en fonction des capacités et des besoins de chacun, c'est désormais le rôle des Data scientists qui construisent et contrôlent les entraînements et les codifient de façon à aller encore plus loin dans la connaissance du joueur. Ils sont titulaires d'un Master 2, voire d'un doctorat, et sont à l'origine dans chaque club professionnel de la création du département Recherche et Développement. L'avenir c'est probablement une donnée unique, synthèse de toutes les Data le concernant, qui positionnera le joueur à tel niveau de valeur à son poste.

Ne pas oublier, en effet, qu'il s'agit de faire jouer des garçons ensemble. Nous, préparateurs physiques, analystes de la performance, Data scientists gérons les individus en collaboration avec le secteur médical, mais c'est bien aux entraîneurs de manager l'équipe, le jeu et d'assurer la préparation du match... De notre côté, nous faisons le maximum pour leur donner des informations ciblées et précises sur chaque joueur. De répondre à leur demande. Pour cela, c'est vrai que la technologie nous donne un sérieux coup de main, surtout depuis que les joueurs ne considèrent plus le GPS et les Data en général comme des mouchards qui espionnent leur performance. Au début, c'était un peu le cas et puis peu à peu, ils se sont responsabilisés et ont admis que cet outil qu'ils avaient en permanence dans le dos était en fait le moyen idéal pour s'autoévaluer, pour se challenger et progresser. Une vraie démarche de professionnel.



LA SANTÉ DES JOUEURS

LES OUTILS DE LA PRÉVENTION DES BLESSURES

Depuis déjà quelques saisons, les joueurs professionnels, ou en passe de le devenir, portent dans leur dos une petite machine qui enregistre en temps réel une foule d'informations sur leur performance. C'est le fameux et désormais incontournable GPS qui renseigne les staffs et les joueurs eux-mêmes sur leur capacité à maintenir un très haut niveau de pratique. Le rugbyman est connecté grâce au GPS lors des matchs et des entraînements mais une autre connexion pourrait bientôt compléter leur équipement 3.0, non pas dans le dos, mais dans la bouche. Une innovation qui a fait rapidement le tour de la planète, testée aujourd'hui aux USA, là où l'idée a vu le jour, mais aussi en Australie et en France.

En effet, en partenariat avec une société américaine, l'AS Clermont Auvergne travaille sur un projet révolutionnaire de protège-dents connecté capable de recueillir des données sur les impacts en temps réel dans la pratique du rugby.

« On pense immédiatement aux commotions mais ce n'est pas la seule utilité explique Freddy Maso, responsable du projet et responsable de la formation ; cela fait cinq ans que nous nous intéressons à cette innovation qui pourrait engendrer des avancées spectaculaires dans le domaine de la sécurité du joueur et par la même de sa santé. Pour l'instant, nous en sommes encore au stade de l'expérimentation en relation avec nos joueurs de la catégorie Reichel/Espoirs. Dix d'entre eux disposeront dès la prochaine saison de ce protège-dents connecté deuxième génération. Cinq avant, cinq trois-quarts, sans connexion avec le secteur professionnel. Les moulages sont partis aux Etats-Unis, et nous allons bientôt recevoir les prototypes. L'objectif est de bien mesurer les accélérations au niveau de la tête en calibrant les données à travers des courses sans contact et en intégrant progressivement des contacts volontaires à différents niveaux d'intensité afin de constater si les mesures correspondent aux schémas que nous prévoyons. »

Une expérimentation suivie de très près par l'ensemble du staff du Centre de Formation, par Guillaume Valy, le médecin de l'ASM, par Jean-Marc Brionnet, chirurgien-dentiste, et Jean-Pierre Lauby en charge des relations avec FitGuard, la société Américaine.

« D'après nos premiers essais avec la première génération de protège-dents sur les Reichel/Espoirs cette saison, avant le confinement, le ressenti est très positif chez les jeunes joueurs. L'outil est, selon eux, agréable à porter et son utilité en matière de détection et de prévention acceptée à 100%. À chaque impact, (entre 50 et 60 par joueur sur chaque rencontre) un graphique apparaît sur la tablette connectée au protège-dents avec sa durée, son intensité, et le cumul de ces deux données à la fin du match ou de la séance. »

DES QUESTIONS DEMEURENT

Existe-t-il une valeur seuil d'accélération (en g) qui induit une commotion ?

Le danger vient-il de la répétition des impacts, du cumul des intensités ou des deux réunis ?

Devra-t-on se montrer vigilant au-delà d'un certain nombre de chocs ou d'un cumul de (g) trop important ?

Autant de questions qui restent aujourd'hui sans réponse et ce malgré les progrès du GPS en la matière. L'espoir est donc grand de voir cette technologie sortir victorieuse de cette expérimentation, dont les premiers résultats sont attendus avec impatience du côté du Michelin.

“

*Nous leur avons demandé
de se faire vacciner ...*

”

(Laurent Dossat)



Photo © O. Drillhon

LAURENT DOSSAT **MANAGER DE NIORT RUGBY EN FÉDÉRALE 1**

Avec l'ensemble du staff, on est resté attentif à leur état physique et bien entendu à leur santé tout au long de la saison. Drôle de saison, je le reconnais, puisque on nous a dit stop en octobre. Mais, et nous sommes à Niort peut-être un cas à part, nous n'avons jamais laissé les joueurs à 100% en chômage partiel. Nous avons pris le pari de maintenir une présence sur site trois demi-journées par semaine, en respectant bien entendu le protocole sanitaire. Cela ne nous a pas empêché d'avoir nous aussi des cas Covid, mais on est parvenu à garder le contact avec l'ensemble du groupe. D'autant que la FFR avait envisagé une reprise en janvier qui malheureusement a été repoussée. Février, mars et avril ont été gérés sur un rythme minimum, le mois de mai à 50%, et on est revenus à des entraînements

classiques depuis le début juin. Il y aura quatre semaines de vacances du 18 juin au 20 juillet avant d'attaquer la préparation de la saison. Une reprise qui, je l'espère, ne sera pas repoussée car ce serait pour le staff et les joueurs, un véritable traumatisme. D'ailleurs, quand on parle de santé des joueurs je crois que, mise à part les dégâts du Covid, c'est bien l'aspect mental qui me préoccupe. Nous avons mis à leur disposition un préparateur mental et dix joueurs du groupe en ont déjà fait la demande, ce qui est bien la preuve qu'il y a une véritable attente dans ce domaine. Tout au long de ces interminables sept derniers mois, nous leur avons demandé de se tester chaque semaine. Pour la reprise au 20 juillet, on souhaiterait qu'ils soient tous vaccinés, tout en sachant que nous ne pouvons pas le leur imposer. C'est notre docteur Emmanuel Zaccheo qui gère le centre de vaccination à l'intérieur du club.

LA SANTÉ DES JOUEURS

DES CENTRES DE FORMATION EN VIGILANCE RENFORCÉE



Photo © ASM Clermont Auvergne

**ADEL FELLAH**

DIRECTEUR SPORTIF DU CENTRE DE FORMATION DE L'ASM CLERMONT AUVERGNE

“ Le joueur qui entre au Centre de Formation est placé au centre d'un projet qui intègre la performance, son corollaire la santé, et son accompagnement socio-éducatif. On trouve donc deux coachs rugby, deux préparateurs physiques, deux kinés, deux docteurs, une diététicienne, un analyste vidéo et un préparateur mental. L'idée étant de proposer à nos espoirs un encadrement qui ressemblera beaucoup à ce qu'ils trouveront chez les professionnels. À ce titre, la charge d'entraînement est le premier élément d'évaluation qui permet d'individualiser les séances. Les GPS, monitoring quotidien, l'analyse vidéo permet de quantifier le nombre de collisions, et toute la panoplie technologique est à notre disposition pour un suivi semaine et compétition. C'est vrai qu'aujourd'hui ça tape fort, comme on entend souvent dire, c'est pourquoi nous travaillons beaucoup sur les attitudes lors des collisions avec des skills spécifiques qui ont pour but de dominer l'adversaire en adoptant

les bons gestes. Notre philosophie en matière de sécurité et donc de santé, c'est de ne jamais mettre en danger un jeune joueur qui n'est pas à 100% de ses capacités physiques et mentales. Pour le côté mental justement, en collaboration avec notre préparateur, nous avons élaboré le concept de ligne rouge : au-dessus, c'est le domaine de l'agressivité maximum, en dessous de la ligne, celui de la maîtrise technique. Pour avoir un juste équilibre entre l'agressivité indispensable et la maîtrise technique, tout aussi nécessaire, il faut se placer sur la ligne rouge et non pas exclusivement en dessous ou en dessus. Les joueurs adhèrent bien à cette juste répartition entre les deux secteurs et notre rôle est de les amener à adopter cette manière de vivre leur rugby sur le terrain. Tous les leviers sont utilisés pour mener conjointement les objectifs de performance et de santé du joueur. À nous de rester vigilant afin d'accompagner leur développement avec une vision à plus long terme. ”



FLORENT BONNEFOY

RESPONSABLE SPORTIF DU CENTRE DE FORMATION DU RUGBY CLUB VANNES

“ À Vannes, nous avons centré la santé du jeune joueur sur le suivi nutritionnel et diététique. En début de saison, nous organisons deux réunions sur le sujet avec des spécialistes afin de les sensibiliser à ces pratiques. Tout en leur expliquant qu’elles participent à l’entraînement invisible, ces fameux 1 à 2% qui appartiennent au joueur et à lui seul, dès lors qu’il devient responsable de la qualité de son sommeil, de son hydratation, de sa nutrition. Sur la saison, c’est le préparateur physique qui va accompagner le joueur dans sa volonté d’être autonome dans ce domaine et qui va aussi programmer la charge d’entraînement de chacun. C’est ainsi que certains joueurs achètent une balance pour peser leurs aliments et que rapidement la vie en dehors du club fait partie intégrante de

leur santé. Notre métier, c’est d’éveiller leur curiosité, de les amener à une responsabilisation maximum, de les rendre acteurs de leur projet. Je leur dis souvent que le meilleur entraîneur c’est eux-mêmes et je constate qu’il y a une vraie prise de conscience chez la majorité d’entre eux. Notre job c’est une gymnastique permanente entre l’aspect individuel et le bénéfice collectif. Le premier n’a de sens que s’il est au service du second. L’accompagnement mental est aussi un des facteurs essentiels pour se sentir bien dans son environnement et être en capacité de performer. Arriver à conjuguer tous ces paramètres ensemble, c’est les mettre dans les meilleures conditions pour une pratique de qualité. ”



Photo © M. Roynard

“

*Ton meilleur entraîneur
c’est toi-même !*

”

(Florent Bonnefoy)

LA SANTÉ DES JOUEURS

PRÉPARATEURS PHYSIQUES



SAAD DRISSI

PRÉPARATEUR PHYSIQUE ET DATA SCIENTIST DU STADE TOULOUSAIN RUGBY

“ J’ai toujours fait de la Data au Stade mais depuis 2018, même si je fais encore un peu de salle sur les séances de musculation, je suis à 70 % sur la Data et l’analyse des GPS. Avec l’évolution du sport pro, nous ne pouvons plus nous en passer car elle calibre les séances d’entraînement. Et cela va encore évoluer et prendre plus d’ampleur. Dans un premier temps, il s’agissait de savoir ce qu’il se passait sur le terrain de manière physique et physiologique. Mais aujourd’hui, on ne peut plus se permettre de dire que l’entraînement a duré 60 minutes et que le joueur a fait 4 000 mètres. Nous sommes passés à autre chose, c’est-à-dire, croiser les données des GPS avec les données techniques (ce que les analystes vidéo traitent sur le match en live et les entraînements : plaquages, rucks, turnovers, passes, etc.) mais aussi médicales. Beaucoup parlent du métrage par minute, mais il y a aussi la haute intensité à la minute, le nombre d’accélération à la minute, les impacts qui rentrent en jeu. Et il faut ensuite filtrer tout ça pour montrer quels sont les paramètres les plus utiles et significatifs en

fonction du contexte pour voir comment on peut réorienter les formes de travail physique, réadapter les séances d’entraînement, etc. Ce n’est pas seulement récolter la Data pour récolter la Data. C’est de l’affinage.

Il y a bien évidemment tout ce qui concerne la charge de travail du joueur dans la séance, la semaine, le cycle (distance totale, temps de travail, distance à haute intensité, nombre d’accélération, etc.). Et à côté de ça, il y a un suivi un peu plus précis pour l’individualisation de la charge afin d’éviter les blessures. Après, personnellement, je ne suis pas pour et ce cela ne fait pas partie de notre méthodologie que de dire qu’untel est dans le rouge pour tel paramètre et qu’il faut l’arrêter, en match ou à l’entraînement. Le rugby reste prioritaire. La Data ne décide pas, elle n’est qu’une aide à la décision. Il y a le feeling et le ressenti du joueur qui se connaît, le ressenti du prépa, du coach... Plein de paramètres qu’on ne maîtrise pas encore et qu’on ne maîtrisera pas dans le sport de haut niveau.

”



GUILLAUME OLLIVIER
PRÉPARATEUR PHYSIQUE DU BIARRITZ OLYMPIQUE

“ Nous avons deux, trois procédés pour évaluer la santé des joueurs. La première chose, c’est qu’ils ont une application sur leur téléphone avec un questionnaire de santé sur leur état de forme, leur motivation, leurs douleurs musculaires, la qualité de leur sommeil, etc. Tous les matins, nous recevons les réponses sur nos ordinateurs et cela nous donne une image de l’état de forme du joueur. En fonction des réponses, les prépas ou les kinés font un check avec lui quand il arrive au stade pour avoir un échauffement et une activation adéquate par rapport à ses problèmes. Et s’il n’est vraiment pas capable de s’entraîner, il fait un bilan avec le docteur.

En plus de ce questionnaire, les joueurs ont trois tests de forme à base d’étirements, de mobilité musculaire et articulaire au niveau des membres inférieurs. Un test sur la chaîne postérieure, un test qui nous fait la flexion de cheville et un test des adducteurs. Même s’il y a forcément des problèmes au niveau des épaules, du dos et des cervicales, ce sont vraiment les

trois zones cibles. En fonction des résultats, s’ils diffèrent de la valeur habituelle, il y a un léger protocole d’échauffement adéquat. Si cela dure plusieurs jours, cela fait plusieurs alertes qui nous indiquent que le joueur est en difficulté, fatigué et qu’il faut faire attention. Lui aménager l’entraînement afin qu’il n’y participe pas toute la journée, ni à tous les exercices.

Cela fait trois années que ce protocole est en place, il est souvent géré par les kinés et le préparateur physique en charge de la réathlétisation et nous modifions les exercices et les contenus chaque année. Nous n’avons pas de chiffres particulièrement parlants pour l’illustrer mais nous avons une disponibilité à l’entraînement qui est supérieure, c’est une évidence. Pour la simple et bonne raison que par le passé, c’était en discutant, sur une relation de confiance entre le joueur, l’entraîneur et le kiné, que la décision de s’entraîner ou non était prise. Là, si les tests du joueur sont aussi bons que d’habitude malgré des douleurs, cela peut aussi le rassurer.



STÉPHANE POLLY
PRÉPARATEUR PHYSIQUE DU CLUB ATHLÉTIQUE PERIGUEUX DORDOGNE

“ Nous essayons de tendre vers le haut niveau mais tout ce qui est monitoring, gestion des GPS et fréquences cardiaques, nous ne pouvons pas. Cela coûte cher, cela n’est pas forcément adapté pour les pluriactifs car certains métiers créent une grosse charge de fatigue et c’est impossible en termes de moyens humains. Je suis seul sur l’équipe première, les Espoirs voire même la formation quand un staff d’équipe pro possède entre deux et cinq préparateurs physiques, ainsi qu’un Data Scientist. Du coup, nous nous orientons sur d’autres aspects en lien avec la cellule médicale, les kinés, ostéopathes, pour avoir des feed-back par rapport aux ressentis suite aux échanges avec le joueur. C’est ce que nous avons essayé de mettre en place cette année. Mais par rapport au niveau professionnel, l’individualisation est beaucoup plus compliquée à mettre en œuvre même s’il y a néanmoins deux axes. D’une part le lien avec la cellule médicale, qui permet d’individualiser sur de la prophylaxie, des exercices de renforcement spécifiques au joueur, des adaptations dans la

musculature. C’est assez facile et pour moi, le deuxième axe qui se rapproche un peu plus de la notion de santé, c’est tout ce qui est nutrition. Ce qui passe par le plan de carrière du joueur et son état de santé, c’est justement cette alimentation qui lui permettra d’être équilibré à tous les niveaux, pour une recherche de performance comme de bien-être dans sa vie d’homme. À titre d’exemple, comme l’aspect monitoring de suivi des données scientifiques est beaucoup plus compliqué à suivre, je vais être sur une pesée deux fois par semaine car un poids stable permet d’avoir un rugby stable. Ce sont vraiment les deux axes sur lesquels on peut jouer. Cela permet d’aller chercher un échange avec le joueur pour essayer d’optimiser ce qui est optimisable.



FACE À FACE

LA SANTÉ DES JOUEURS

THOMAS LOMBARD

Directeur Général du Stade Français

1

Quel constat faites-vous dès lors que l'on évoque la santé du joueur ?

À mon époque, on se plaignait déjà des cadences infernales quand certains d'entre nous jouaient 35 à 40 rencontres par saison. Et puis le débat sur la santé des joueurs s'est installé notamment au niveau du syndicat des joueurs, des entraîneurs et des médecins de club. L'intensité des matchs continue de progresser en même temps que le temps de jeu effectif. Mais en parallèle, l'amélioration des outils comme le GPS, le monitoring quotidien des joueurs qui arrivent au club le matin font qu'en volume, nous n'avons pas plus de blessés que les saisons passées. Ce que nous avons du mal à anticiper, en revanche, ce sont ces périodes de blessures sur l'ensemble de l'effectif qui arrivent brutalement comme cette saison en plein mois de février. Il faut dire que nous avons disputé 3 matches en 7 semaines et que la pandémie n'arrange rien.

2

Ça tape fort ! L'expression est dans la bouche de tous les acteurs...

Ça tape fort en effet ! Une étude démontre qu'il y a 20 ans, on dénombrait entre 300 et 400 collisions sur une rencontre de haut niveau. Aujourd'hui, c'est entre 1200 et 1500. C'est cet enchaînement des chocs qui engendre des blessures, notamment les commotions sur des phases parfaitement identifiées comme la zone plaqueur/plaqué. C'est incontestablement un facteur aggravant de risques de blessures pour le joueur. Au moment d'analyser les Data, on trie les plaquages : l'offensif le plus à risque car c'est un vrai face à face, le subi, le réussi... les joueurs sont beaucoup jugés sur cette phase. De son côté, le législateur tente d'encadrer le combat comme il est en train de le faire pour le latcher, ce porteur du ballon propulsé vers la ligne d'en-but adverse par des coéquipiers liés à lui (voir *Face à Face JUTGE/HEYMANS* page 7).

3

Faut-il accompagner toute la carrière du joueur d'un passeport médical ?

Le passeport médical, il existe déjà en fait, mais pas de manière officielle. Les médecins de club sont très vigilants même s'il existe des signaux d'alerte que la science n'est pas encore en mesure de détecter. Peut-être que la machine testée en ce moment à l'INSEP, qui est capable de scanner le joueur de la tête au pied, pourra dans l'avenir nous permettre d'identifier les points faibles du joueur, ses pathologies et donc d'anticiper d'éventuelles blessures. Reste que l'on peut agir au plan sportif en limitant par exemple les remplacements (à l'exception des joueurs de première ligne), la fatigue ayant pour effet de diminuer l'intensité des débats. La gestion de l'effectif et de sa santé au plan global est quelque chose de très aléatoire et ce malgré nos structures médicales qui ont fait des progrès énormes et qui poursuivent leur développement.

AVENUE

LUDOVIC HUMETZ

Médecin du Stade Rochelais

La Covid-19 a beaucoup changé la donne. Matches reportés, joueurs positifs, trois semaines sans jouer... on a tout vécu et je crois qu'il sera difficile d'analyser objectivement les blessures tant la période que nous vivons est particulière. S'ajoute le fait que certains joueurs sont encore perturbés par cette situation qui a engendré du stress et a probablement eu un impact sur leurs performances. Malgré tout, le pourcentage de blessés reste stable même si les 15 jours qui nous attendent me procurent beaucoup d'inquiétude avec trois matchs en une semaine (entretien du 8 mai). Les blessures dans le rugby ont trois sources : la sévérité du jeu, le calendrier et l'enchaînement des matchs (lutter contre cette réalité est un vrai challenge) ainsi que l'environnement du joueur.

Quand il y avait du public dans les stades, on se doutait que les chocs étaient rudes mais ils étaient étouffés par les encouragements de supporters. Aujourd'hui, on découvre la violence des impacts dans un stade qui sonne creux. Au Stade Rochelais, il y a un joueur dont le GPS enregistre en moyenne 120 collisions par match. Cette saison, j'ai eu à gérer en tant que médecin du club une fracture de côte qui a occasionné un pneumothorax et plus grave une fracture de reins qu'il a fallu opérer en urgence. Je passe évidemment sur les genoux, les épaules et les commotions qui, elles, passent souvent inaperçues. Et puis il y a les blessures sans contact notamment lors des entraînements. Nous aurions intérêt, vu l'ampleur du problème, à réfléchir de manière pluridisciplinaire afin d'encadrer plus efficacement le parcours santé du joueur de rugby.

Tous les clubs procèdent à un bilan médical précis de tous les joueurs. Nous avons une vraie cartographie de chacun susceptible de prévenir une lésion musculaire, d'adapter sa préparation physique à toutes les périodes de la saison, d'assurer son suivi jour après jour, sa récupération sommeil et bientôt de veiller à l'équilibre de son environnement personnel. Le DMI (dossier médical informatisé) est fiable et nous aide dans cette démarche. Le protégé-connecté pour mieux dépister les commotions est aussi un progrès important, tout comme le fait de détecter dans les laboratoires la protéine S100B, mis au point au CHU de Clermont-Ferrand, grâce à une simple prise de sang. La science et la technologie avancent ensemble, mais au final le rugby doit ouvrir les yeux et tout mettre en œuvre pour harmoniser ses calendriers. C'est selon moi un passage obligé si l'on veut protéger la santé du joueur.

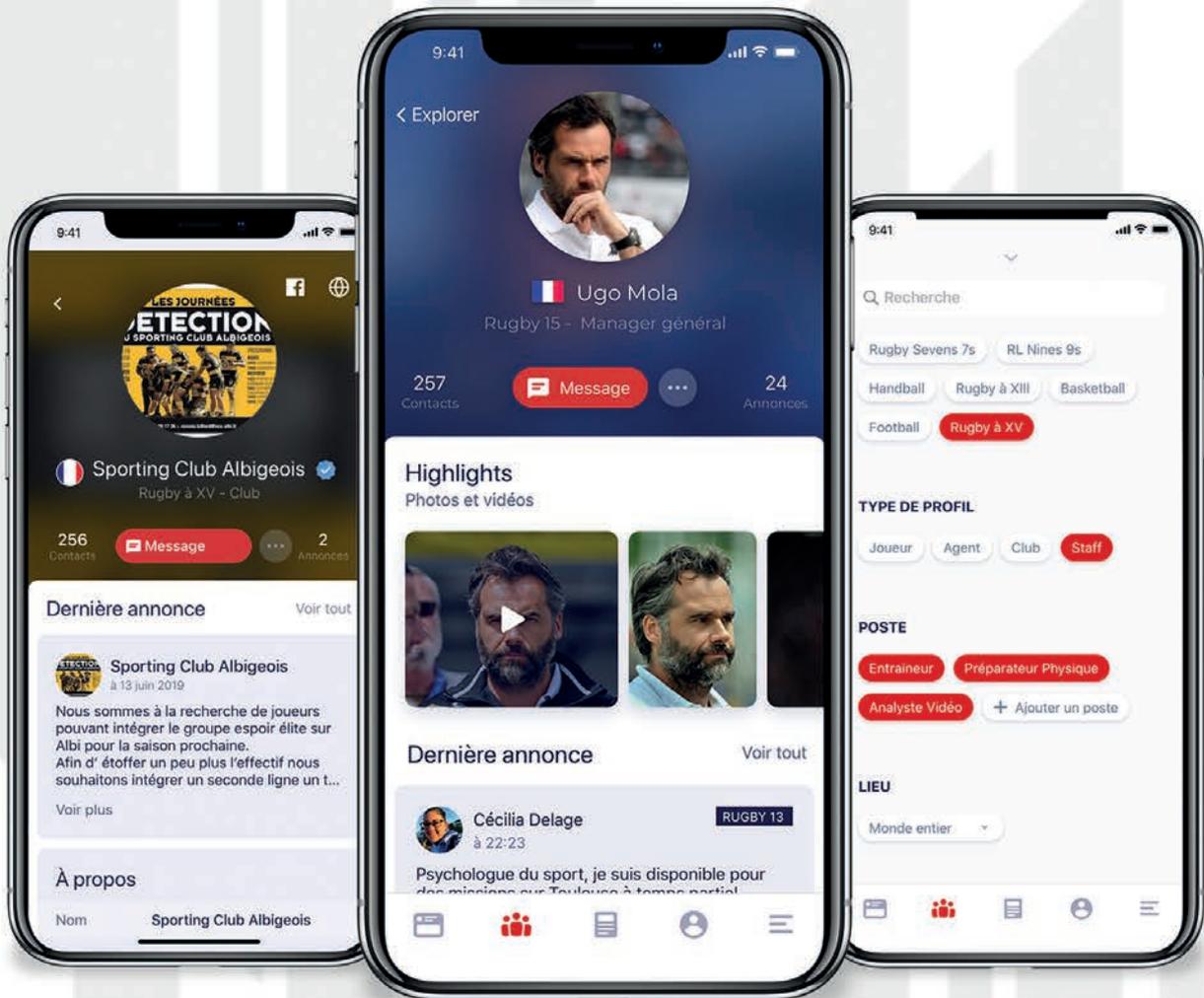




myRookie

BE THE ONE

REJOINS LE PREMIER ÉCOSYSTÈME DÉDIÉ AU
RECRUTEMENT SPORTIF!



CRÉE TON PROFIL

Joueur, Club, Staff
ou Agent



DÉVELOPPE

TON
RÉSEAU



**TROUVE DE
NOUVELLES
OPPORTUNITÉS**

TÉLÉCHARGE L'APPLICATION

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



BE
THE
ONE