

TECH XV

Le Magazine des Entraîneurs et des Éducateurs de Rugby

N° 20
mai 2015

TECH XV INFOS

Feuille de route

REPORTAGE

Les staffs lèvent le voile !

TECHNIQUE & STRATÉGIE

Redynamiser le jeu
après une phase de ruck



LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE RUGBY PRÉSENTE



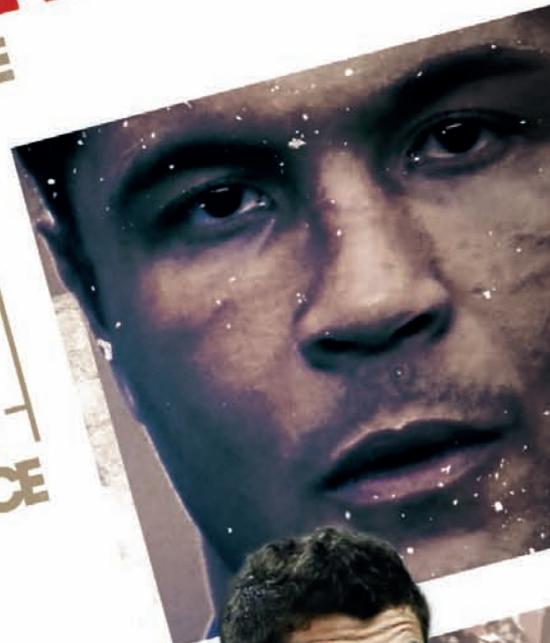
FRANCE ANGLETERRE

SAMEDI 22 AOÛT 2015 • 21H STADEFRANCE



FRANCE ECOSSE

SAMEDI 5 SEPTEMBRE 2015 • 21H STADEFRANCE



#SOUTIENSLEXV



Billetterie : www.ffr.fr et magasins spécialisés



PARTENAIRES OFFICIELS



©TECH XV

ÉDITORIAL

Ceci n'est pas un entraînement

Alors que Toulon règne en maître sur l'Europe et le TOP 14, magistralement escorté par Clermont, sans avoir la certitude de remporter le Brennus – formule du championnat oblige –, alors que notre XV national va débiter sa préparation pour cet événement planétaire qu'est la Coupe du Monde, préparation exceptionnelle pour nous, français, en durée et en moyens, qui nous permet habituellement de rivaliser avec les meilleures nations mondiales - ce qui ne fut hélas pas le cas avec les nations européennes lors des derniers Tournois des VI Nations, pour le moins en demi-teinte ? - ,

alors que la grande question affolant la sphère médiatico-rugbyistique n'est autre que la composition du prochain staff du XV de France après la Coupe du monde 2015, « l'évanescence structure » TECH XV - c'est ainsi que d'aucuns nous qualifient - est en ébullition : quelle thématique pourrions-nous choisir pour notre troisième et dernier magazine de la saison ?

Mais le fonctionnement des staffs, voyons ! Leur travail au quotidien, cela tombe sous le sens ! Les outils utilisés, les ressources humaines, enfin bref, un focus actualisé de leur travail ! Cela ne pourra que stimuler les synapses de tous les acteurs éreintés par une saison extravagante, à l'issue inattendue et incertaine, dirigeants enthousiastes ou affolés, coaches adrénalinisés ou stressés, joueurs mobilisés ou épuisés.

Validé !

C'est ainsi que nous sommes partis à la recherche de ce que pouvait être le fonctionnement des staffs afin de vous présenter le « très très haut niveau » selon l'expression désormais consacrée...

D'abord, en 2015, pas de place à l'amateurisme ; avant d'atteindre les entraîneurs, passer par le service communication ... « Nous travaillons, nous essayons d'évoluer constamment mais nous ne tenons pas à communiquer à ce sujet ! »...

Ben oui mon p'tit coach, c'est comme ça le rugby en 2015, tout le monde se connaît jusqu'au bout des ongles, se statistique, se dissèque, s'épie, se copie mais... car il y a un énorme MAIS : que fais-tu des secrets de fabrication, de toutes ces inventions, ces créations en interne qui feront la différence le jour venu ? Pas question de les divulguer !

Affolement général de « l'évanescence structure » à l'aune des premières réponses : et si tous réagissaient de la même façon, s'ils voulaient protéger leurs secrets avant de les breveter ?! Cela signifierait : pas de troisième magazine TECH XV en cette année de Coupe du Monde ! Mais c'est inenvisageable !

Face à cette situation désespérée, « l'évanescence structure » s'y est filée, n'a pas lâché le morceau et a fini par croiser le chemin de quelques vieilles pièces fossiles ou jeunes spécimens partageurs (-partageurs, de la même famille que le mot PARTAGE ?... Mais est-ce bien un mot du vocabulaire rugbyistique moderne ?... Vous êtes sûrs, nous pouvons encore l'utiliser ?... Ah, très bien, merci ! Ouf ! ...Quelle angoisse !!!)

Et c'est ainsi que vous trouverez dans les pages qui suivent, les quelques partageurs qui nous ont sauvés d'un crash mémorable (d'autres existent - bien évidemment et heureusement - auxquels nous ne nous sommes pas adressé, notre errance ne nous ayant pas permis de les rencontrer, et que nous saluons !)

Un grand Merci à eux et bonne lecture à tous !

Alain Gaillard,
Président de TECH XV

SOMMAIRE

TECH XV INFOS Feuille de route	p.4
REPORTAGE Les staffs lèvent le voile !	p.6
TECHNIQUE & STRATÉGIE Redynamiser le jeu après une phase de ruck	p.16

TECH XV
Regroupement des Entraîneurs
et des Educateurs de Rugby
(c/o Ligue Nationale de Rugby)
25-27, avenue de Villiers 75017 Paris
Tél. 01 55 07 87 43 - Fax. 01 55 07 87 95
www.techxv.org

Directeur de la publication : Alain Gaillard • **Responsables de la rédaction :** Jean-Paul Cazeneuve et Marion Pélissier
Rédaction : Jean-Paul Cazeneuve, Alain Gaillard, Nils Gouisset, Serge Milhas, Marion Pélissier et Cindy Vieira • **Création et réalisation graphique :** 31mille [Philippe Guillot] • **Impression :** Imprimé à 2 600 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 • **Couverture :** © PresseSports • N° ISSN : 2115-4783





En reprenant, à l'automne 2013, la présidence de TECH XV Alain Gaillard a aussi endossé les habits de l'entraîneur, étant entendu qu'il restera fidèle à la fonction jusqu'au bout.

ENTRETIEN AVEC

Alain GAILLARD président de TECH XV

Avec son staff composé donc du head-coach, de Marion Pélissié, Nils Gouisset et Cindy Vieira, le regroupement des entraîneurs et des éducateurs de rugby poursuit inlassablement sa mission sur tous les terrains : la formation, les diplômés, les relations avec les clubs et les institutions du rugby français, le site internet... et le magazine que vous avez entre les mains. Un travail plus dans l'ombre que dans la lumière qui a pour but de donner des bases solides à un des plus beaux métiers du 21^e siècle : entraîneur de rugby ! Sans parler de bilan, Alain Gaillard fait le point sur les dossiers en cours.

TECH XV MAG : Avez-vous atteint les objectifs que vous vous étiez fixés en reprenant la présidence ?

A. GAILLARD : Sur la feuille de route j'avais inscrit deux priorités : renforcer notre communication et nous rapprocher des clubs. Une double démarche qui avait pour but de faire entendre notre voix. Nous avons réalisé un film d'animation que l'on peut visionner sur notre site et qui précise de manière très pédagogique les contours de notre mission. Mais en termes de communication la réflexion est permanente et dans les prochains mois elle va donc encore évoluer. TECH XV est maintenant reconnu



© FEPLNR

et positionné au sein du rugby français, pour preuve les médias ne manquent pas de nous solliciter sur les différents dossiers en cours. Notre image a gagné en netteté que ce soit auprès du ministère des sports, des institutions, des clubs et bien entendu auprès des entraîneurs.

TECH XV MAG : *En allant à la rencontre des staffs ?*

A. GAILLARD : Parce qu'ils sont notre cœur de cible, on s'est tous mobilisés pour aller à leur rencontre. Jean-Louis Luneau et Nils Gouisset font le tour de France des clubs de Fédérale, Marion Pélissier et moi-même faisons la tournée des staffs de TOP 14 et PRO D2. Nous comptons d'ailleurs créer prochainement un emploi pour renforcer notre

présence auprès des staffs et poursuivre notre tour de France. À ces entraîneurs que nous rencontrons le discours est clair : **ce qui nous anime et nous motive c'est l'intérêt général de la profession !**

C'est le seul principe philosophique de TECH XV, son ADN, sa raison d'être.

TECH XV MAG : *D'autres dossiers sont à l'étude ?*

A. GAILLARD : Oui, celui notamment relatif aux préparateurs physiques qui ont intégré TECH XV en fin d'année 2014. Nous militons pour un diplôme spécifique les concernant, passage obligé, on le sait, pour en faire une profession à part entière. En effet, nous revendiquons une identité forte dans la préparation physique et sommes donc pour une formation à la française. Pierre Camou

le président de la FFR et Didier Retière le DTN sont favorables à sa création. Même démarche auprès de la LNR et de l'UCPR pour que la Convention Collective du Rugby Professionnel (CCRP) reconnaisse et intègre les compétences spécifiques qui ont cours aujourd'hui dans le rugby pro. Que ce soit le jeu au pied, la mêlée, la défense, les *skills*. En conclusion, la CCRP doit épouser l'évolution de notre sport.

TECH XV MAG : *Ces techniciens interviennent-ils sans être diplômés ?*

A. GAILLARD : Deux chiffres pour illustrer notre préoccupation : cette saison en TOP 14 treize entraîneurs exercent sans diplôme et neuf clubs ne sont pas en règle dans ce domaine. Je rappelle que ces entraîneurs, tout comme les clubs qui les emploient, engagent leur responsabilité pénale en cas d'accident lors d'un entraînement. Pour faire évoluer ce dossier, nous avons obtenu une réunion tripartite avec la LNR et la FFR. Elle se tiendra courant juin et je tiens à préciser que nous avons, sur ce sujet, l'entier soutien du ministère qui nous a reçus dernièrement. La FFR, la LNR et les clubs ne doivent jamais perdre de vue le souci permanent d'être en accord avec la loi qui prévoit qu'en France, l'encadrement contre rémunération d'une activité physique et sportive ne peut être effectué que par une personne possédant un diplôme enregistré au répertoire national des certifications professionnelles.

TECH XV MAG : *Si je comprends bien votre mission n'est pas terminée !*

A. GAILLARD : En effet, et il faut accepter de la conduire dans l'ombre, en participant activement à toutes les réunions, en maintenant des relations de confiance avec l'ensemble des acteurs du rugby, tout en restant très à l'écoute des problèmes que rencontrent la profession et les professionnels. Un dernier exemple : nous menons au sein de la FEP (Fédération des Entraîneurs Professionnels) un combat difficile pour défendre nos positionnements concernant la proposition de loi visant à sécuriser la situation juridique et sociale des sportifs et entraîneurs professionnels. Parmi tous les sujets en discussion, il y a notamment la création de contrats à durée déterminée spécifiques aux sportifs et entraîneurs professionnels. Voilà probablement un dossier qui va nous demander beaucoup de vigilance et de ténacité pour que cette loi, lorsqu'elle sera promulguée, ne mette pas en péril la sécurisation de notre statut.

REPORTAGE

Les staffs lèvent le voile !



Qu'ils soient : chef de meute comme Christophe Urios, frères jumeaux, comme les deux Laurent du Racing Métro 92 ou buriné par 30 ans d'expérience à l'image de Jacques Brunel, les managers ont toujours eu comme priorités, la cohésion et le rendement de leur staff. Mais un staff, comment ça marche de l'intérieur, serait-on tenté de s'interroger ? De quelle nature sont les liens qui unissent les techniciens qui le composent ? Comment créer un environnement propice à la performance et éviter tout relâchement fatal ? Les experts que TECH XV a rencontrés évoquent souvent le fragile équilibre qui existe entre l'obligation de résultats et la nécessité absolue pour les staffs de rester soudés et cohérents dans leurs actions. La pression est permanente au sein de ce petit groupe d'hommes, bien qu'elle semble toujours être compensée par le souci constant de vivre une aventure humaine.

ENTRETIEN AVEC

Jacques BRUNEL manager général de la Squadra
Philippe BÉROT entraîneur des trois-quarts de la Squadra
Jean-Marc LHERMET directeur sportif
de l'ASM Clermont Auvergne
Franck AZÉMA entraîneur principal
de l'ASM Clermont Auvergne
Christophe URIOS manager général
de l'US Oyonnax Rugby
Laurent TRAVERS manager et entraîneur des avants
du Racing Metro 92
Christian RAMOS préparateur mental du XV de France
Pierre DANTIN directeur de la chaire
société sport et management
Claude ONESTA entraîneur national de Handball
Denis TROCH directeur général de H-Cort,
ancien entraîneur de football
Ugo MOLA manager général
du Sporting Club Albigeois
Régis DUMANGE président
de l'Union Sportive Olympique Nivernaise
Jean ANTURVILLE entraîneur général
de l'Union Sportive Olympique Nivernaise

JACQUES BRUNEL : SON PARCOURS, SA MÉTHODE

Jacques Brunel est devenu entraîneur par hasard, dit-il ! Enfin, pas tout à fait reconnaît-il aussitôt : « La vérité c'est que j'avais déjà une petite expérience aux côtés des juniors du FCA (Football Club Auscitain), que j'avais passé mes diplômes d'éducateur, que je venais d'arrêter ma carrière et que, autre concours de circonstances, le club était à la recherche d'un entraîneur. » C'était la fin de l'été 1988. Hasard ou destin, Jacques Brunel l'ignorait peut-être mais, à 34 ans, il entamait une aventure qui 27 ans plus tard le conduit aujourd'hui vers une troisième Coupe du Monde.

LES DÉBUTS AU FCA (1988-1996)

Pensionnaire à l'époque d'une élite à 80 clubs le FCA s'entraîne deux fois par semaine sous la houlette de Jacques Brunel qui ne tarde pas à s'attacher les services d'un adjoint à qui il confie l'entraînement des lignes arrières : « Très vite, je me rends compte de la nécessité d'avoir aussi à mes côtés un préparateur physique. C'est également le début des premières vidéos. Maurice était notre vidéaste mais il faisait aussi la cuisine et gérait toute la logistique (il est toujours à son poste aujourd'hui). La pression est montée d'un cran dès le début des années 90 car dans la poule du Stade Toulousain la concurrence était rude. On est donc passés à 4 entraînements hebdomadaires tout en augmentant le degré d'exigence dans tous les domaines. »

DE COLOMIERS À L'USAP EN PASSANT PAR LE BÉARN

En arrivant dans la banlieue Toulousaine Jacques Brunel embauche comme préparateur physique un décathlonien en la personne de Thierry Clarac : « Cela correspondait déjà à l'image que je me faisais du rugbyman moderne. Celle de l'athlète complet capable de répondre aux exigences du jeu qui était devenu officiellement professionnel dès l'été 95 dans la foulée du Mondial Sud-Africain. C'est aussi l'installation dans les clubs des salles de musculation, accompagnée bien entendu de l'arrivée de spécialistes dans ce domaine. »

À la Section Paloise en 1999, le coach Gersois exige de ses dirigeants le soutien quotidien d'un médecin référent et d'un kiné à mi-temps. Les staffs s'étoffent lentement jusqu'à l'explosion des années 2000 : « À partir de là reconnaît Jacques Brunel, les choses vont s'accélérer aidées en cela par le développement financier des clubs. En 2009 à l'USAP, année du titre, j'ai à ma disposition deux assistants, un médecin à temps plein, trois kinés, trois préparateurs physiques, un analyste vidéo et un responsable de la communication ; ce dernier ayant un rôle important car l'exposition médiatique a fait un bond énorme durant cette décennie. »

ENTRAÎNER C'EST AMENER AVEC SOI !

Après ses 6 années passées en équipe de France aux côtés de Bernard Laporte, Jacques Brunel débarque à l'USAP dans un contexte difficile. Le président qui l'a embauché a quitté le club à l'intersaison pour céder sa place à Paul Goze. Jacques

Brunel s'adapte et décide de prendre sur place les hommes ressources pour bâtir le projet. À Franck Azéma déjà entraîneur, Brunel associe Bernard Goutta capitaine emblématique de l'USAP qui vient de mettre un terme à sa carrière : « En procédant ainsi je ne voulais pas rajouter des complications à un climat déjà tendu. Je me suis donc appuyé sur des personnalités parfaitement intégrées dans le club. Nous avons appris à nous connaître, à travailler ensemble pour au final construire un projet commun. Mon but était d'arriver très vite à instaurer entre nous une complicité, une cohésion et une cohérence dans le fonctionnement. C'est le passage obligé pour un staff s'il veut se donner toutes les chances de réussir ; c'est en tout cas le visage qu'il doit afficher face au groupe professionnel. Si le staff n'est pas complice, cohérent et soudé sa durée de vie restera très limitée. N'oublions pas que la vie du staff c'est de 7h du matin à 7h du soir, six jours sur sept... avec une trentaine de pro à entraîner. Entraîner c'est amener avec soi. Cela paraît simple a priori mais croyez-moi c'est un gros défi, une énorme responsabilité. Il faut impérativement du respect, une passion commune, de l'ambition et être bien conscient que ce métier revient à être en permanence dans l'excès. C'est ça un staff. Une équipe soudée avec un gros mental, sans arrêt sur la brèche, ne lâchant rien. »

BRUNEL LE RITAL !

Jacques Brunel vit à Parme 8 mois de l'année, au chevet de cette équipe d'Italie qu'il conduira à la Coupe du Monde 2015 en Angleterre. Six ans avec les Bleus (2001/2007) lui ont permis d'acquérir l'expérience du niveau international et de se former à une autre responsabilité, celle de l'assistant ; ce qui au début de sa collaboration ne coula pas de source : « Quand j'ai commencé, je me comportais en patron. Je m'en suis vite rendu compte et après discussion avec Bernard Laporte, je me suis calmé et peu à peu j'ai trouvé ma place dans le staff. J'ai donc appris à être assistant, alors que j'avais jusque là toujours été le « head coach » comme disent les Anglais. Dans un staff, il faut toujours un référent et des assistants. Pas de confusion dans ce partage des responsabilités. »

LA MÉTHODE DOUCE.

« Quand j'ai pris la direction de la Squadra, j'ai gardé le staff qui était en place. Mais j'ai très vite constaté qu'il fallait le rénover. L'un manquait d'expérience à ce niveau, les autres étaient là depuis longtemps. Il fallait du sang neuf. J'ai donc appelé Philippe Bérrot

alors en charge des trois-quarts de Tarbes. De Carli est venu nous rejoindre l'an passé pour les avants. J'ai également un nouveau préparateur physique qui est en relation avec ses homologues des deux franchises Italiennes. » La composition du staff Italien n'échappe pas aux exigences du rugby moderne et son fonctionnement est régi par les règles et les valeurs qui ont toujours fait la marque de fabrique de la méthode Brunel : **compétence, respect, complicité.**

ENTRETIEN AVEC PHILIPPE BÉROT, ENTRAÎNEUR DES TROIS-QUARTS DE LA SQUADRA

TECH XV MAG : *Compétence, respect, complicité, ce triptyque vous convient-il ?*

P. BÉROT : Il me convient et il est l'ADN de Brunel coach de rugby. C'était déjà sa marque de fabrique quand il m'entraînait à Auch en 96. En tant que joueur, j'ai gardé le souvenir d'un homme capable de fédérer et d'entraîner tout un groupe sur la durée. Dans ce sport les relations de travail au sein du staff ne suffisent pas. Il faut une complicité, presque une communion de pensées pour donner du sens et une dynamique forte au projet de jeu.

TECH XV MAG : *Vous avez carte blanche pour entraîner les trois-quarts ?*

P. BÉROT : Il n'y a pas de barrière avec Jacques. On est toujours sur le mode échanges, partages, discussions. Cela dit, il ne se précipite pas pour prendre une décision par rapport à une demande technique de ma part ou de celle de De Carli l'entraîneur des avants. On a le sentiment que pour lui, le temps pris pour la réflexion participe de la cohérence à la réponse qu'il va nous apporter. Il intervient dans tous les domaines de l'entraînement, comme en ce moment pour construire le projet de préparation à la Coupe du Monde.

TECH XV MAG : *Le grand rendez-vous approche !*

P. BÉROT : Nous allons passer en mode staff de club car on va avoir le groupe à notre disposition dès le mois de juin. Nous allons pouvoir travailler sur les détails avec tous les outils nécessaires. La vidéo sera très importante durant cette préparation car nous connaissons bien deux de nos adversaires, la France et l'Irlande. Notre premier match est déjà dans nos têtes, ce sera le XV de France à Twickenham. Ce sera un moment particulier pour Jacques qui a vécu deux Coupes du Monde avec les Bleus comme coach et pour moi aussi qui ai porté le maillot tricolore à vingt reprises.

Culture club



Le départ de Vern Cotter n'a en rien bouleversé le fonctionnement du staff Clermontois. Même si Jean-Marc Lhermet reconnaît que la transition fût difficile à gérer, tant la personnalité et la méthode Cotter a marqué la vie du club Auvergnat au cours des 7 saisons écoulées :

« Entre l'affectif et l'intérêt du club, il est parfois compliqué de faire la part de choses avoue le directeur sportif de l'ASM. Mais au final toute évolution est réalisée dans le respect de nos valeurs. Chez nous, la notion de culture de club est forte, son éthique et sa philosophie ne sont pas négociables. Les aléas du sport ne doivent pas remettre en question ce fonctionnement. Le staff fonctionne dans le respect de ces valeurs. Quant à moi, je reste le garant de cette culture que ce soit au niveau du groupe pro, du Centre de Formation et des équipes de jeunes. »

JEAN-MARC LHERMET, L'HOMME ORCHESTRE

L'ancien troisième ligne du club est responsable du « projet rugby » auquel il convient d'associer la formation ; pilote aussi toute la section sportive du club et a pour mission le développement du club et l'optimisation de son organisation. Un vrai boulot d'ingénieur, son premier métier. Sans oublier la construction du staff et le recrutement des joueurs. Interrogé sur la possibilité d'embaucher un entraîneur qui aurait pour condition de venir avec son staff, Jean-Marc Lhermet répond sans détour : « le club n'est pas prêt de céder à une telle exigence, notre façon de travailler et de concevoir les rapports humains font que nous ne sommes pas prêts à faire n'importe quoi pour un titre. Ce qui est sûr en revanche c'est que les 15 membres du staff ont beaucoup de travail : la performance-rugby s'articule autour de Franck Azéma, de ses deux assistants Jono Gibbs et Xavier Sadourny et des trois préparateurs physiques. Ils ont pour mission d'amener l'équipe le plus loin possible dans chaque compétition, aidés en

cela par un responsable du management au quotidien, Neil MC Ilroy qui intervient aussi dans le recrutement. Beaucoup de choses passent par lui, des plannings d'entraînement, à tous les aspects de la logistique, en passant par le suivi des joueurs dans leur vie de tous les jours. En fait, tout ce qui pourrait permettre d'optimiser les entraînements est supervisé par Neil. C'est fondamental dans la quête de l'excellence. Deux médecins à mi-temps, aidés par un troisième en période de surchauffe, trois kinés à temps plein composent le staff médical accompagné dans son travail par un relationnel important avec le CHU et les cliniques de la ville. Je n'oublie pas nos deux analystes vidéo et notre logisticien. Tous les maillons de cette chaîne qui composent notre staff sont vitaux ; ils sont là pour nous donner les meilleures chances de réussite. »

LES CONVICTIONS DU COACH

Quand on parle à Frank Azéma de ses nouvelles responsabilités au sein du club Auvergnat, le catalan fait référence à

deux personnages qui ont manifestement influencé son parcours et sa méthode : « Je me suis construit en tant que joueur bien sûr mais aussi en tant qu'assistant au contact de Jacques Brunel et Vern Cotter. D'un côté la rigueur et l'orthodoxie Néo-Zélandaise, de l'autre le tempérament latin plutôt tourné vers le savoir-faire français. Je suis un peu le fruit de ces deux conceptions du métier d'entraîneur. Cela se retrouve aussi dans ma façon de manager le staff de l'ASM. Une fois les compétences bien identifiées, je suis pour un fonctionnement collégial. Pour bien faire ce métier il faut aimer les gens, faire confiance, savoir déléguer... et être prêt à se serrer les coudes quand le bateau tangue ! Le danger dans un staff c'est le non-dit qui s'installe petit à petit entre les individus. Personnellement, je ne sais pas faire semblant. Donc je dis ce que je pense, toujours ! »

**FRANCK AZÉMA,
JONO GIBBS ET
XAVIER SADOURNY**

L'arrivée du technicien Néo-Zélandais Jono Gibbs (vainqueur de 3 Coupes d'Europe, 2009, 2011 et 2012 avec le Leinster) a donné un nouvel élan au staff Clermontois. L'ancien All Black a rapidement pris ses marques



© ASM

et fait des progrès dans l'apprentissage du Français. « C'est 3 à 4 heures hebdomadaires de Français obligatoires pour tout nouveau venu étranger dans le club. C'est essentiel pour la communication précise Franck Azéma.

Jono Gibbs est responsable de tout le secteur de la conquête mais participe aussi à la réflexion sur le mouvement général et nous élaborons ensemble la stratégie du match. Xavier Sadourny gère le jeu au pied, les skills et l'analyse du prochain adversaire. Nous sommes tous les trois dans le même

bureau tient à ajouter Azéma. » Adepte du bien-être de tous au sein du staff et du groupe pro, Franck Azéma n'hésite pas à faire appel à un préparateur mental quand il le juge nécessaire. : « On a souvent dit que l'ASM pouvait donner des signes de fragilité dans ce domaine, mais je crois sincèrement que la page est tournée et que si elle a existé cette faiblesse est derrière nous. Ici les rapports sont authentiques, le projet de jeu clairement défini, la culture du club non-négociable... et ça me va bien ! »

EXPERTISE ET PERFORMANCE

AU SERVICE DE VOS RÉSULTATS SPORTIFS



LE LOGICIEL D'ANALYSE

vidéo et de statistiques

Le plus complet

UNE SOLUTION ADAPTÉE

ET ACCESSIBLE

Abonnement annuel à partir de 450€ TTC



Votre version d'essai

téléchargeable

sur simple demande par e-mail à :

techsport@adf.fr

80 clubs professionnels et amateurs nous font confiance, rejoignez-les !

www.techXV.fr



Fast and fURIOS !

Au moment d'écrire ses lignes (25 avril), Christophe Urios ignore de quoi l'avenir immédiat sera fait. Oyonnax Rugby va-t'il se qualifier pour les barrages du championnat ? Le Castres Olympique (CO), son futur club, conservera-t'il sa place dans l'élite ? Deux interrogations qui en auraient empêché de dormir plus d'un... de coach.

Et bien pas lui !

Rencontre avec un entraîneur pas tout à fait comme les autres, qui a gardé dans son ADN, toutes les vertus d'un talonneur de combat.

TECH XV MAG : *Comment vivez-vous cette situation pour l'instant sans réponse ?*

C. URIOS : J'avoue que la menace de descente qui pèse sur le CO m'a beaucoup perturbé. J'ai même douté d'avoir fait le bon choix. Maintenant j'assume. S'il faut repartir en PRO D2, nous relèverons le défi. C'est un championnat que mon staff connaît bien, nous saurons rebondir. Si j'ai une forme de sérénité en moi c'est aussi parce que je suis très bien entouré. J'amène avec moi dans le Tarn mes deux adjoints Joe El Abd et Fredo Charrier ; c'est mon noyau dur, mes anciens capitaines. J'aurai pu débarquer au CO avec tout le staff d'Oyonnax, mais je ne voulais pas déshabiller ce club avec qui je garderai toujours des liens d'amour très fort. Je ne voulais pas non plus arriver à Castres en terrain conquis même si je suis en terrain connu sur lequel je me suis d'ailleurs cassé les dents quand j'ai commencé à entraîner il y a 8 ans. À moi de souder ces deux moitiés de staff pour en faire une équipe performante.

TECH XV MAG : *Comment allez-vous procéder ?*

C. URIOS : Dans un premier temps avec l'aide de mon épouse nous avons organisé la transhumance de la tribu. Avec mes deux adjoints et leur famille respective nous avons acheté des maisons et scolarisé nos enfants (9 au total) dans les mêmes écoles. On avance toujours groupé avec cette envie folle de vivre et travailler ensemble tout en agrégeant autour de nous un maximum de personnes. Nous sommes une meute affamée d'aventure humaine et de victoires. Pour moi, il est hors de question de partir à l'aventure avec des gars que je ne connais pas. La présence à mes côtés de Joe et Frédo était non négociable. Je ne pars pas à la guerre si je ne suis pas sûr des hommes

que j'ai avec moi. Et côté Castrais je n'ai aucun doute sur les collaborateurs que je vais retrouver.

TECH XV MAG : *Le rugby ce n'est quand même pas la guerre !*

C. URIOS : Certes, mais tout le monde vous dira que pour un staff le relâchement est interdit. Il lui faut être en permanence sur ses gardes pour supporter la pression de l'entourage, pour faire front ensemble aux vagues successives qui sur la saison risquent de vous submerger, pour tenir le rythme, pour ne pas se désolidariser. D'où, je le répète, l'impérieuse nécessité de choisir son staff. Après, je peux aussi être très dur avec les membres de mon équipe. Je peux même être très froid plusieurs jours dans les relations avec eux. Je ne suis pas un mec de cinéma, je suis cash. Directif quand il faut, en colère quand je sens que l'événement m'échappe. Je viens d'une terre plutôt rude c'est peut être pour cette raison que je me suis senti chez moi à Oyonnax. Cette ville m'a véritablement boosté.

TECH XV MAG : *Et au quotidien comment le staff fonctionne t'il ?*

C. URIOS : Je me considère comme un obsessionnel de l'organisation. Je ne supporte aucune approximation dans ce domaine. J'ai toujours besoin d'avoir une visibilité parfaite sur le travail de tout le monde. Tous mes adjoints savent que je suis très carré, très exigeant. Chacun est responsable de son périmètre sans ignorer le travail du voisin. Deux mots me guident depuis que je fais ce métier, plutôt deux valeurs : le travail et l'humilité ! Être une grande équipe mais se comporter en petite équipe. Le péché d'orgueil est interdit chez moi. Mes adjoints le savent, personne ne commet ce genre de faute au sein du staff. Dans tout ce que nous proposons aux joueurs il faut mettre de l'expertise bien entendu, mais aussi du sens, de la fraîcheur, de l'enthousiasme. Quand j'entraînais au début je croyais que c'était le rugby le plus important ; aujourd'hui je sais que la priorité c'est l'humain. Le rugby vient après.



Laurent Travers : Coach double face !

Nous avons choisi ce titre en 2009 lors du 3^e numéro de TECH XV Magazine consacré aux duos d'entraîneurs.

Avant d'entamer la discussion, Laurent Travers m'informe que c'est toujours d'actualité entre lui et l'autre Laurent et que de toute façon il a été décidé d'un commun accord qu'il parlerait pour les deux.

« Rappelez vous, commence l'entraîneur des avants, à l'époque je vous avais dit que nous ne faisons qu'un et que l'on ne s'en rendait même pas compte. Et bien ça n'a pas changé. 10 ans après nos débuts, nous sommes encore sur la même longueur d'onde au point que c'est devenu une véritable forme de management vis-à-vis du staff et du groupe pro. Le double avis sur le fonctionnement du staff, à propos d'un joueur, d'une situation de jeu, d'un événement permet d'avoir du recul de l'analyse et d'éviter les erreurs. Parfois, nous ne sommes pas d'accord mais au final une position commune se dessine. »
Le tandem ne pourrait pas fonctionner autrement sous peine de mettre au grand jour leur désaccord. Mais visiblement ce risque est écarté depuis belle lurette : « Quand l'un de nous deux connaît un passage à vide, un coup de moins bien, l'autre est là pour l'encourager ou carrément prendre le relais. Il ne faut pas le nier, on a eu, et on aura des périodes difficiles mais comme dans le rugby d'aujourd'hui un staff

n'a pas le droit de se relâcher, il est important d'être totalement solidaires. C'est le mot d'ordre au sein du staff dont nous avons la responsabilité. »

QU'EST CE QUI EST BON POUR L'ÉQUIPE?

C'est une interrogation qui est, en permanence, au cœur de la réflexion du staff Francilien: « Les réunions tournent toujours autour de cette préoccupation, de cette exigence insiste Laurent Travers. Les responsables des activités ont pour souci constant d'apporter toujours un plus à leur propre fonctionnement, ce qui aura pour effet de faire progresser l'ensemble du groupe. À la vidéo, chez les préparateurs physiques, au sein du staff médical, la démarche est la même. »

Une évidence pour Gilbert Gasco, le patron de la préparation physique, qui accompagne le duo depuis l'aventure Montalbanaise : « Notre approche est basée sur l'obligation de rendre les joueurs disponibles et efficaces pour les entraînements et les matchs. Exemple : dans la construction de la semaine, le mardi matin a été identifié comme étant le créneau où les joueurs sont le plus aptes à tirer le maximum de profit d'une séance rugby (collectif de ligne, conquête, collectif total). On ne peut pas être fatigué pour une telle séance. Ce constat vient de l'expérience collective du staff dans lequel je travaille depuis 10 ans en compagnie des deux

Laurent et d'Anthony Marhuenda le vidéaste. C'est l'activité dans laquelle les joueurs sont le plus sollicités, et notre souci permanent est d'aller de la qualité vers la quantité et non pas le contraire. »

ET POUR LE STAFF ?

C'est une question, ou plutôt une remise en question, qui fait l'objet d'un séminaire chaque année en fin de saison, au sein de l'Académie des coaches (voir p.13) créée et animée par Claude Onesta l'entraîneur de l'équipe de France de Handball et Pierre Dantin (Directeur du laboratoire de recherche sur la Performance à l'université des Sports d'Aix-Marseille) : « Pendant trois jours, précise Laurent Travers, accompagnés de nos familles, nous partageons nos expériences avec d'autres entraîneurs, nous parlons de nos difficultés, nous effectuons ce retour indispensable sur nos propres fonctionnements au sein de nos groupes respectifs. On ne parle pas de technique, mais plutôt des contraintes que rencontre le coach au quotidien, de sa relation avec son président, de comment gérer la pression médiatique ou celle venue des dirigeants et des sponsors, de l'environnement en général. Pour Laurent et moi c'est devenu un rendez-vous incontournable qui nous permet de conclure une saison dans un climat de travail mais aussi de convivialité. »





© J. Pierrat - FFR

L'autre clé de la performance

Christian Ramos, psychologue spécialisé dans la préparation mentale, intervient auprès de toutes les équipes de France de rugby depuis plusieurs saisons. Des moins de 19 ans avec qui il passe deux jours par mois sur le site de Marcoussis jusqu'aux équipes de France à 7, en passant par les moins de 20 ans ou le XV de France féminin. Depuis le 19 mai 2015, cet ancien demi de mêlée de Graulhet, a été officiellement intégré au sein du groupe France dans la perspective de la Coupe du Monde. L'occasion pour TECH XV MAG de découvrir les bienfaits de la préparation mentale dans la quête de la performance.

TECH XV MAG : *Pourquoi un préparateur mental dans un staff ?*

C. RAMOS : Un préparateur mental peut appartenir à un staff ou simplement travailler en amont afin de l'aider à préparer son management. Dans tous les cas, quelle que soit l'équipe, quel que soit son niveau de pratique, quelle que soit sa situation au classement, le préparateur mental doit d'abord être en harmonie avec le staff avant de s'impliquer auprès des joueurs. Parfois même, un préparateur mental n'interviendra qu'avec le manager car le coach est autant responsable des hommes que du jeu. La réussite collective dépend de l'équilibre qu'il saura trouver entre les deux. Pour être aidé dans cette difficile tâche le Head Coach doit veiller à s'entourer d'un staff structuré et uni et de relais fiables sur le terrain capables de prendre en main le projet collectif en stimulant, au quotidien, les individus qui le construisent.

TECH XV MAG : *Il semble pourtant que sa présence ne soit pas encore totalement entrée dans les mœurs.*

C. RAMOS : C'est vrai, il y a encore quelques

réticences dans ce domaine, pourtant la préparation mentale appartient aux staffs depuis bien longtemps. Quand un entraîneur commente une vidéo lors d'un entretien individuel avec un joueur, dans le but d'analyser sa performance, le paramètre mental est tout aussi présent que le paramètre technique. Idem quand le tandem kiné/préparateur physique accompagne le joueur dans sa réathlétisation après une blessure. Les exigences du professionnalisme et les attentes des joueurs actuels obligent les staffs à formaliser une démarche jusque là empirique. Mais le mental a toujours été un facteur important de la performance du joueur au même titre que sa préparation physique ou son bagage technico-tactique.

TECH XV MAG : *Comment pourrait-on résumer sa mission au sein du staff ?*

C. RAMOS : On peut la qualifier de transversale dans le sens où un préparateur mental peut intervenir auprès des entraîneurs afin de les aider à trouver des clés dans plusieurs domaines comme la concentration, la motivation ou encore la confiance du joueur. Parfois, il suffira d'instaurer un climat positif,

même s'il doit rester exigeant, pour libérer la prise d'initiatives. Le préparateur mental est également à disposition du corps médical pour l'accompagnement des blessés ou des athlètes en reprise. Dans une période de préparation, il peut aussi proposer des outils de récupération physique et nerveuse comme, par exemple, la relaxation. Et puis, bien entendu, il est directement au service du joueur qui en fait la demande.

TECH XV MAG : *C'est officiel depuis le 19 mai, vous intégrez le staff du XV de France jusqu'à la Coupe du monde. Quel sera votre rôle ?*

C. RAMOS : Il sera identique à celui que je viens de vous décrire. Nous allons bien évidemment en préciser les contours et les contenus avec Philippe Saint-André et ses adjoints, mais je serai à la disposition du staff et des joueurs dès le début de la préparation et lors de la compétition. L'idée est que tous les membres du staff jouent un rôle en termes de préparation mentale, chacun à son niveau, en restant, bien entendu, dans son domaine de compétences.

C'est une mission que j'ai déjà vécu de 2006 à 2013 avec l'équipe féminine de Handball avec laquelle j'ai eu le privilège de partager en 6 ans, à trois championnats d'Europe, trois Mondiaux et les JO de Pékin et de Londres. Une expérience que j'ai poursuivie, la saison dernière, avec le XV féminin pour le tournoi des 6 Nations et la Coupe du Monde. Quel que soit le parcours du XV de France, cette nouvelle expérience humaine sera, je n'en doute pas, encore très riche.

L'académie des coachs

Ne cherchez pas son adresse postale, ni son compte Facebook ou Twitter, c'est inutile ! Elle n'a pas pignon sur rue et ne cherche pas non plus à attiser la curiosité des médias.

Pour autant on n'y cultive pas le secret mais plutôt la discrétion et par-dessus tout l'humilité. Les entraîneurs qui la composent ont tous un palmarès long comme le bras, à l'image de son fondateur Claude Onesta qui voit en cette académie : « Une auberge espagnole pour ceux qui ont quelque chose à offrir. Après les JO de Pékin, j'ai ressenti l'envie de partager mon expérience avec d'autres managers, la plus part sélectionneur d'équipes nationales. L'isolement dans lequel cette mission vous plonge est si fort et les moments d'échange tellement rares que le simple fait de partager vous rend tout de suite plus léger. Je vous rassure ce n'est pas

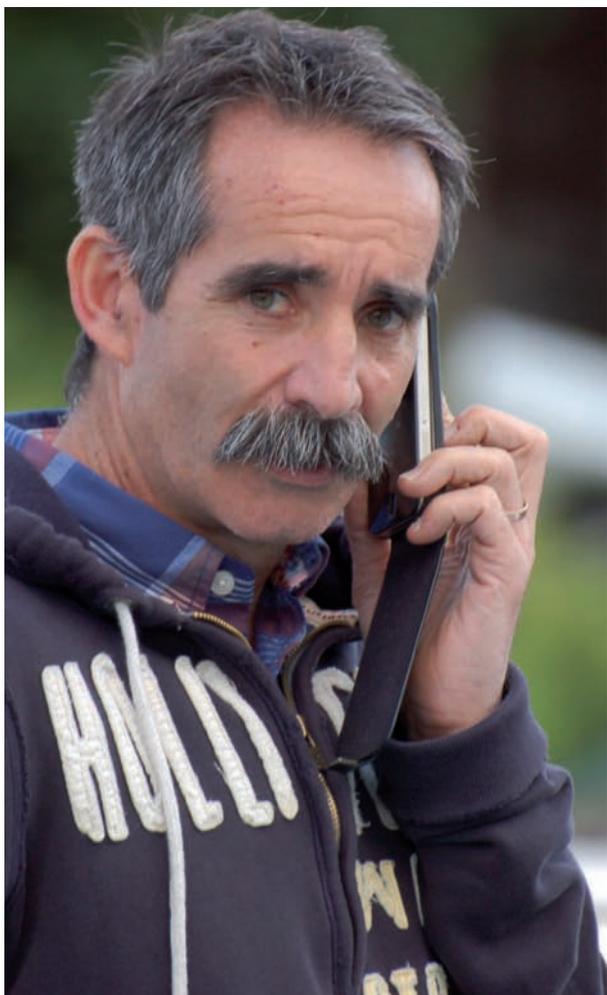
un rendez-vous d'intellos de la profession c'est même le contraire ! On passe trois jours ensemble en fin de saison avec nos familles, à Saint-Cyprien (66), dans un cadre convivial pas très loin de la plage. Grâce à une totale liberté d'expression on échange sur nos vécus respectifs, aidés en cela par Pierre Dantin* qui décrypte et analyse ce qui se raconte au sein de notre petite assemblée tout en mettant des mots sur de situations que nous avons du mal à appréhender et donc à formuler. » Pour Pierre Dantin : « Ces managers de haut niveau sont avant tout des leaders missionnés pour inspirer, suggérer, transformer et montrer l'avenir. Ce sont des passeurs de sens qui transcendent leur staff puis leurs joueurs. Ils sont en fait les garants d'une communauté d'intérêt où l'on partage des valeurs communes pour une communauté de destin. Un staff ne se manage pas, il se gouverne, c'est là toute

la difficulté de leur job. Mon rôle consiste à mettre les sciences humaines et sociales (psychologie, sociologie, anthropologie) au service du sport et en particulier des entraîneurs dans l'exercice de leur métier. Je les accompagne dans leur réflexion, souvent je les bouscule car leur réalité est parfois difficile à assumer. »

En 2014, Claude Onesta a publié chez Michel Lafon : *Le règne des Affranchis*. Dans cet ouvrage le sélectionneur de l'équipe de France de Handball nous entraîne dans les coulisses de ses emblématiques victoires et revient sur les principes philosophiques qui gouvernent l'Académie des coachs.

** Professeur des Universités
Directeur du laboratoire de Recherche Sport MG Performance
Titulaire de la Chaire « Société, Sport et Management »
de Science-Po
Aix en Provence et Aix-Marseille Université*

Denis Troch et les coachs de rugby



Cet ancien gardien de but devenu entraîneur de foot (1985 à 2009) est aujourd'hui à la tête de H-Cort Performance, une entreprise spécialisée dans l'entraînement, le management et la préparation mentale. Nous l'avons rencontré avant qu'il n'anime le séminaire que l'IFER proposera fin mai aux entraîneurs de rugby sans club.

TECH XV MAG : *Que ressent un entraîneur mis sur la touche ?*

D. TROCH : C'est tout d'abord un choc émotionnel très fort à la hauteur de l'engagement total qu'il a vécu au sein du club. Ce métier consiste à faire le don permanent de sa personne 11 mois sur 12 et un jour, brutalement, on vous montre le chemin de la sortie. Va donc s'amorcer ce que j'appelle la courbe du deuil qui le conduira à traverser plusieurs étapes toutes aussi douloureuses les unes que les autres.

TECH XV MAG : *Quelles sont-elles ?*

D. TROCH : Un sentiment d'injustice pour commencer, suivi parfois d'humiliation, de culpabilité, de colère, de tristesse et bien entendu de peur... celle de ne pas pouvoir revivre un jour sa passion. Cette passion nourrie pour l'activité et accompagnée par l'envie de transmettre et de manager, c'est l'ADN du coach. L'entraîneur a passé son temps à gérer un staff, une équipe mais aussi l'obligation de résultats, très souvent des conflits, des pressions de toutes sortes, voire des situations de crise et il devrait subitement se contenter d'un quotidien sans surprises ? Complicé, car ce n'est pas sa vie !

TECH XV MAG : *C'est à ce moment là que vous intervenez ?*

D. TROCH : Je travaille alors, en effet, sur le changement, autrement dit comment accepter la réalité de ce métier, sa réalité. Comment opérer un retour sur sa vie, comment retrouver l'estime de soi et donc la confiance en soi, comment digérer la colère, la culpabilité, toutes ces phases que l'on vient d'évoquer. Ma démarche s'appuie sur le bon sens et s'inspire de situations que j'ai moi-même vécues. Ce n'est jamais simple de rester soi-même dans le sport de haut niveau que l'on soit entraîneur ou joueur. En devenant professionnel, le rugby ne pouvait plus échapper à cette réalité.

Mazamet, Castres, Brive et retour dans le Tarn, au Sporting Club Albigeois...

Après une interruption de deux ans Ugo Mola a retrouvé le terrain. C'est au SCA qu'il a posé son sac avec un contrat de 3 ans et un objectif : installer le club Albigeois en PRO D2, autrement dit le positionné dans le TOP 20 du rugby Français, dixit le nouveau coach. Afin d'en savoir un peu plus sur cette nouvelle aventure entamée il y a 9 mois, TECH XV a rencontré celui qui fût le plus jeune entraîneur de TOP 14 lors de son passage à Castres en 2002.

TECH XV MAG : Difficile de débarquer dans un club qui a eu Éric Béchu et Henry Broncan comme entraîneur ?

U. MOLA : Disons que l'on mesure très vite l'influence que ces deux personnages très charismatiques ont générée sur le club et la ville. Éric avait humainement fait grandir le club, transcendé l'équipe et entraîné dans son sillage tout le public Albigeois. Quant à Henry, il a donné un élan décisif à la formation qui on le sait est son dada. À moi de faire fructifier ce magnifique héritage tout en apportant ma touche personnelle, en sachant que, à l'exception de Benjamin Bagate que j'ai choisi pour entraîner les trois-quarts, je me suis adapté au staff déjà en place... ce qui était déjà le cas au CO et au CAB.

TECH XV MAG : Vous faites avec, c'est ça ?

U. MOLA : En effet, mais ça se passe plutôt bien. Une fois les compétences de chacun validées, nous avons appris à travailler ensemble au sein d'un staff réduit composé tout de même de 4 techniciens. Benjamin Bagate pour les trois-quarts, Jean Christophe Bacca pour les avants, Remy Ladauge responsable de la défense et Paul Leper pour l'analyse vidéo et les données statistiques. J'ajoute un préparateur physique, un kiné, un médecin, plus une armée de 150 bénévoles mobilisable dans l'heure, ce qui croyez-moi est un atout considérable.

TECH XV MAG : Une fois le staff en place, quel a été le message ?

U. MOLA : J'ai clairement expliqué que nous serions plus pertinents à 4, qu'il fallait donc chercher ensemble, échanger en permanence, en un mot coopérer. J'ai également fait monter de façon très notable le niveau d'exigence vis-à-vis du staff et de l'équipe. Le rythme de travail, le souci du détail, le contenu des séances tout a été optimisé au maximum dès le coup d'envoi de la saison. Mon objectif est de créer un environnement favorable à la performance, en rappelant sans cesse les objectifs et les ambitions du club, en privilégiant les rapports humains au sein du staff et du groupe, en cultivant l'enthousiasme collectif, en vantant

les mérites du travail bien fait. Je ne veux pas paraître prétentieux mais je m'investis à fond dans le but de créer une culture de club et d'y faire adhérer un maximum de personnes.

TECH XV MAG : Entraîneur et Directeur des Ressources Humaines ?

U. MOLA : Absolument, et dans ce club aux racines populaires il est important de ne pas se couper de la réalité. Ici pas de huis-clos aux entraînements, après les matchs les joueurs vont eux-mêmes servir des bières aux supporters avec les bénévoles. La question c'est comment évoluer dans un championnat professionnel tout en gardant ce petit grain de folie et d'enthousiasme qui a fait les grandes heures de notre sport quand il était amateur. C'est de créer une charte de fonctionnement des équipes où seront clairement rappelés le savoir vivre et le savoir être indispensables dès lors que l'on porte le maillot du SCA. C'est aussi de rester dans le TOP 20 des clubs pro avec notre budget et nos moyens, autrement dit à cette fameuse 6^e place, aux portes de la qualification du championnat de PRO D2 dans lequel nous évoluons. Mon rôle est de rester très vigilant sur tous ces sujets et avec l'aide de mon staff et des dirigeants d'œuvrer ensemble à la création de cette culture de club.

Ugo Mola et Benjamin Bagate ont fait connaissance il y a 10 ans chez Richard Dourthe, un ami commun. Au sein de ce trio, les discussions sur le jeu des trois-quarts étaient toujours très passionnées. Au moment de prendre en main le SCA, Ugo s'est donc souvenu de Benjamin et a fait appel à lui pour entraîner les lignes arrières Albigeoises.

Après avoir porté le maillot du CABBG et du Stade Bordelais, Benjamin Bagate entame une carrière d'entraîneur en 2009 avec les espoirs de l'UBB puis préfère rouler sa bosse dans les clubs de Fédérale où il apprend le métier : Valence d'Agen, Nîmes, Hagetmau.

Sur le terrain annexe du stadium municipal d'Albi, en ce mois d'avril (avant d'affronter Dax sur ses terres) l'adjoint d'Ugo Mola travaille quelques lancements de jeu avec les trois-quarts aidé en cela par Remy Ladauge responsable de la défense. Le ton est ferme, les remarques sans complaisance. Benjamin peu satisfait du résultat réclame auprès de ses joueurs plus de concentration, plus de précision dans les passes et les axes de course : « Il n'y a que comme ça que nous parviendrons à être encore plus dangereux pour nos adversaires. Ugo me fait confiance et m'a même donné carte blanche pour m'occuper des trois-quarts, parce que je sais que nous sommes sur la même longueur d'onde au plan technique tout comme au niveau de l'investissement demandé aux joueurs. Conclusion, personne ne rechigne à recommencer 10 fois un lancement de jeu pour arriver à un résultat cohérent. Sur le contenu des séances et la composition des lignes arrières nous travaillons Ugo et moi en parfaite harmonie et ce fonctionnement est pour moi très valorisant. »



© Sporting Club Albigeois



L'Union Sportive Olympique Nivernaise et ses deux coaches

© Fabien Bellodi

RÉGIS DUMANGE, PRÉSIDENT-COACH DE L'USON...

... gère son club comme son entreprise. À ce titre cet ancien trois-quart centre s'implique à tous les niveaux du club, de la composition du staff jusqu'au recrutement des joueurs en passant par les équipes de jeunes, les partenaires ou le service de communication : « Je tiens à être informé de toutes les décisions prises, je veux valider les choix faits par mes cadres que ce soit au sein de mon entreprise ou de mon club. Je veux par exemple m'assurer que cet excellent joueur sur le point d'être recruté correspond bien à la culture maison, qu'il sera en harmonie avec le groupe. Toute proportion gardée l'USON et mon entreprise c'est un peu comme l'ASM et Michelin. Il y a une culture de club qui n'est pas négociable et qui met en valeur le travail, l'humilité et le respect des personnes qui agissent au sein de mes deux entités. Cela étant, je ne m'immisce pas dans le fonctionnement purement sportif du staff. C'est l'affaire de Jean Anturville et de son équipe. Mon rôle est d'être visionnaire, de montrer le chemin, sans trop de rigidité non plus, car il faut savoir aussi se remettre en question. »

Régis Dumange est un président organisateur et gestionnaire qui selon ses mots « recadre gentiment » ses collaborateurs quand il le juge nécessaire. Un président entraînant qui a fixé la feuille de route pour une arrivée en PRO D2 à l'horizon 2015 : « Nous y sommes,

tout à été préparé pour la montée, le staff et l'équipe sont opérationnels depuis l'arrivée de Jean Anturville il y a deux saisons. Tout a été construit en amont, précise le président de Nevers. » Reste l'incontournable et glorieuse incertitude du sport appelée aujourd'hui plus prosaïquement la vérité du terrain, une vérité que les 5000 supporters du Pré Fleuri attendent avec beaucoup d'impatience, les lauriers à la main.

JEAN ANTURVILLE, DIRECTEUR SPORTIF DE L'USON

Cet ancien demi de mêlée natif du Béarn s'est forgé une solide réputation d'entraîneur en devenant, le mot n'est pas trop fort, un « spécialiste » de l'accession en PRO D2. Autant de challenges relevés à Tours en 2001, à Bourg-en-Bresse en 2008, à Béziers en 2011... et on l'espère pour le rugby de la Cité des Ducs, à Nevers en 2015. À quelques jours du verdict, le coach de l'USON évoque sa conception du staff et sa relation avec Régis Dumange, l'homme fort du rugby Nivernais : « Régis Dumange est très à l'écoute de nos besoins mais ne se mêlera jamais de la composition d'équipe. En revanche, il reste attentif à tout ce qui peut améliorer le fonctionnement du club. Entre un président et un manager, la relation est fondamentale. Tout désaccord peut créer des tensions au sein du staff ce qui aura à coup sûr des répercussions sur l'équipe et donc sur les résultats. La confiance et la complicité

affichées entre ces deux leaders vont nourrir l'ensemble du groupe. Surtout pas de faille entre les deux !

Jean Anturville est arrivé à l'USON en 2013 accompagné de Brice Jaffuel son préparateur physique spécialiste de la musculation, rencontré à l'ASB : « Le reste du staff était déjà en place. On s'est donc tous adaptés et adoptés. Nous faisons bureau commun ce qui nous permet d'échanger sur tous les sujets mais aussi d'être en permanence au même niveau d'information. Rien d'original dans notre fonctionnement si ce n'est peut être l'implication hors terrain des membres du staff : Guillaume Jean l'entraîneur des trois-quarts gère les voitures des joueurs, Maxime Mouttet (préparateur physique) s'occupe de leur logement, Brice Jaffuel de l'achat de matériel et Julio-César Garcia (responsable des avants et trilingue) de l'accueil des nouveaux. Ce système a ceci de positif qu'il renforce les liens et donc la cohésion staff/joueurs. »

L'ancien coéquipier de Laurent Cabannes (3^e ligne international) et Yves Camdeborde (Master chef) à la Section Paloise est plutôt direct dans son management : « La grosse erreur serait de jouer un rôle au sein du staff et de l'équipe. Ça tourne vite à l'imposture et les conséquences sont souvent catastrophiques. » En PRO D2 la saison prochaine, si tel est le cas, Régis Dumange et Jean Anturville renforceront le staff avec un médecin, un kiné supplémentaire et un analyste vidéo.

Redynamiser le jeu après une phase de ruck



Généralement les entraîneurs défendent l'idée que pour gagner un match il faut avant tout gagner la guerre des rucks. Cette phase de jeu, souvent obscure et source d'appréciations diverses, demande une attention particulière. Le ruck est un ralentissement du jeu qu'il faut essayer d'éviter ! Mais quand il survient, quelles sont les solutions pour retrouver de la vitesse et de l'avancée ?

**PAR SERGE MILHAS,
ANCIEN ENTRAÎNEUR DU CASTRES OLYMPIQUE**

RETROUVER DE LA VITESSE OU ÉVITER LES RUCKS !

En effet l'impératif de retrouver de la vitesse sur cette phase de jeu arrêtée pourrait-être remplacé par : comment éviter les rucks ?

C'est avant tout une stratégie d'avant match, d'autant plus vraie avec les joueurs spécialistes du « grattage » de plus en plus présents dans les effectifs, comme le toulonnais Stefon Armittage. Ces joueurs pourront être neutralisés en les concentrant sur leur rôle de plaqueur.

Toutefois, la meilleure arme pour éviter les ruck est de jouer debout et rester vigilant face à ces fameux joueurs-gratteurs. Un travail est nécessaire sur les attitudes au contact afin de gagner les duels pour permettre un jeu debout avec le soutien au porteur, le tout avec un maximum d'efficacité. Être bas au contact, arriver fort et avoir le 1^{er} soutien au plus près sont des ingrédients indispensables.

Attention, être plaqué ne signifie pas automatiquement phase de ruck. Une passe, après plaquage sur un soutien dans l'axe, peut s'avérer d'une efficacité redoutable.



© Presse Sports

LE JEU AU PIED DE PRESSION

Cela peut-être un jeu au pied court et haut du demi de mêlée, qui permet à un coéquipier, ailier ou centre de monter pour jouer le *contest* ou mettre une grosse pression sur le réceptionneur.

Mais aussi, un jeu au pied plus long avec un gros pressing défensif obligeant le réceptionneur à rendre le ballon au pied. Cet aller/retour contribuant à créer du désordre dans la défense, il est alors possible de retrouver de l'avancée en jouant sur les espaces disponibles.

Néanmoins, selon la qualité du jeu au pied cette phase peut hélas revenir à se débarrasser du ballon.

LE JEU À UNE PASSE (analyse vidéo 1)

Certainement le plus utilisé, car il peut être rapidement mis en place. Il se joue essentiellement avec les avants non consommés dans le ruck. L'importance est la mise en place de « la cellule » de joueurs permettant une protection du ballon mais aussi une alternance de jeu debout. Les équipes ont leur propre stratégie mais le plus souvent elles adoptent une cellule de trois joueurs avec un porteur et deux soutiens (intérieur et extérieur).

Plusieurs possibilités :

- Le porteur arrive à franchir et à jouer derrière lui avec ses soutiens.
- Le porteur décale la zone d'affrontement sur un de ses soutiens en créant l'espace.
- Le porteur est plaqué, ses soutiens sont rapidement au déblayage pour permettre d'accélérer le jeu en transformant au large ou en rejouant à une passe sur une défense qui recule.

Ce qui est déterminant, comme on l'a vu au tout début, est l'attitude du porteur de balle qui sait (ou pas) créer l'espace. Cette forme de jeu peut se faire auprès du ruck ou légèrement éloignée pour déplacer la zone d'affrontement et jouer dans la zone du 10 adverse.

LE JEU PAR BLOC (analyse vidéo 2)

Enfin, la troisième forme de jeu pour retrouver de la vitesse, mais la moins utilisée, le jeu par bloc en recherchant les espaces au large. C'est une réelle situation de lancement de jeu avec une défense en place mais très proche de la zone d'affrontement (à 10 m sur mêlée). La position du 10 doit être assez reculée pour éviter la pression. Ce dernier doit envoyer vite le ballon au large dans le dos d'un premier joueur en leurre et ainsi créer un déséquilibre en bout de ligne. Cette phase nécessite un travail de lien entre avants et trois-quarts et peut intervenir après un jeu à une passe concentrant la défense auprès du ruck. Le 10 peut être servi directement par le 9 ou après un relais avec un avant.

AU FINAL, PRIVILÉGIER L'ALTERNANCE

Bien sûr, l'idéal dans le rugby reste d'éviter les phases de blocage et de ralentissement du jeu comme les rucks ou tout au moins, les rendre les plus furtifs possibles en travaillant sur la circulation des joueurs (soutien permanent) et les attitudes (gagner le duel, déblayage efficace,...).

Mais cela s'avère de plus en plus dur, quel que soit le niveau de jeu. Trois formes de jeu permettant de redynamiser après ruck vous ont été décrites. Chaque forme a son intérêt en fonction de l'opposition et/ou de la physionomie du match. La vision de jeu de l'éjecteur est ici primordiale pour proposer un maximum d'alternance et ainsi créer l'incertitude au sein de la défense.

UNE LIBÉRATION DE BALLE PROPRE

Si le joueur porteur de balle est plaqué avec aucune solution de passe au sol, la phase de déblayage doit être efficace. C'est le rôle déterminant du premier soutien qui doit arriver bas, avec une position la plus horizontale possible, ou de bas vers le haut (attention au risque de perte d'appuis rapidement pénalisée). Pour un bon déblayage, il faut mettre de la vitesse sur les derniers mètres et rester stable sur les appuis.

En ayant un ballon disponible rapidement et l'éjecteur présent sur la phase de ruck, l'équipe conserve l'avancée et la vitesse de jeu, tout en jouant sur une défense qui recule.

EN CAS DE DÉBLOCAGE, COMMENT REPARTIR

Face aux défenses de plus en plus efficaces, des joueurs spécialistes pour ralentir le ballon dans les rucks et malgré un manque de disponibilité de ses soutiens offensifs, comment retrouver de la vitesse et l'avancée ?

En recréant un déséquilibre sur une défense qui a pu se réorganiser. Trois possibilités à adopter selon l'équipe et la stratégie :

- Le jeu au pied de pression.
- Le jeu à une passe (plus ou moins proche).
- Le jeu dans le dos par bloc pour aller chercher le large rapidement.

1. JEU À UNE PASSE APRÈS RUCK



Phase de ruck avec la défense en place et peu de défenseurs consommés. Les 2 demis positionnent certains joueurs pour une relance au près.



Jeu à une passe sur le numéro 7. Une cellule de 3 joueurs est constituée pour assurer soit la continuité du jeu, soit le soutien.



Le porteur décide d'aller au contact en remettant de l'avancée. Le soutien intérieur vient débayer efficacement. Le ballon ressort rapidement, permettant au n°9 de remettre de la vitesse dans le jeu.



Éjection rapide de la balle permettant d'écartier au large (on note l'inversion de sens) en cherchant rapidement les extérieurs.

2. JEU EN BLOC DANS LE DOS



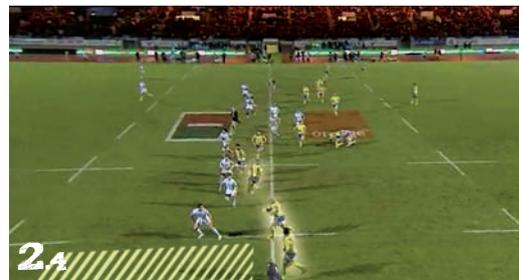
Défense bien en place. L'ouvreur loin de la ligne d'affrontement et assez écarté.



L'ouvreur porte la balle en cherchant les extérieurs rapidement. L'ailier vient avec une course rentrante pour créer le leurre. Le centre et l'arrière ont une course vers les extérieurs.



Le 10 donne dans le dos de l'ailier, qui monopolise un joueur, directement au centre. Cela crée le décalage en bout de ligne.



L'arrière vient s'intercaler en amenant un maximum de vitesse et redynamise le jeu pourtant arrêté par la phase de ruck précédente.

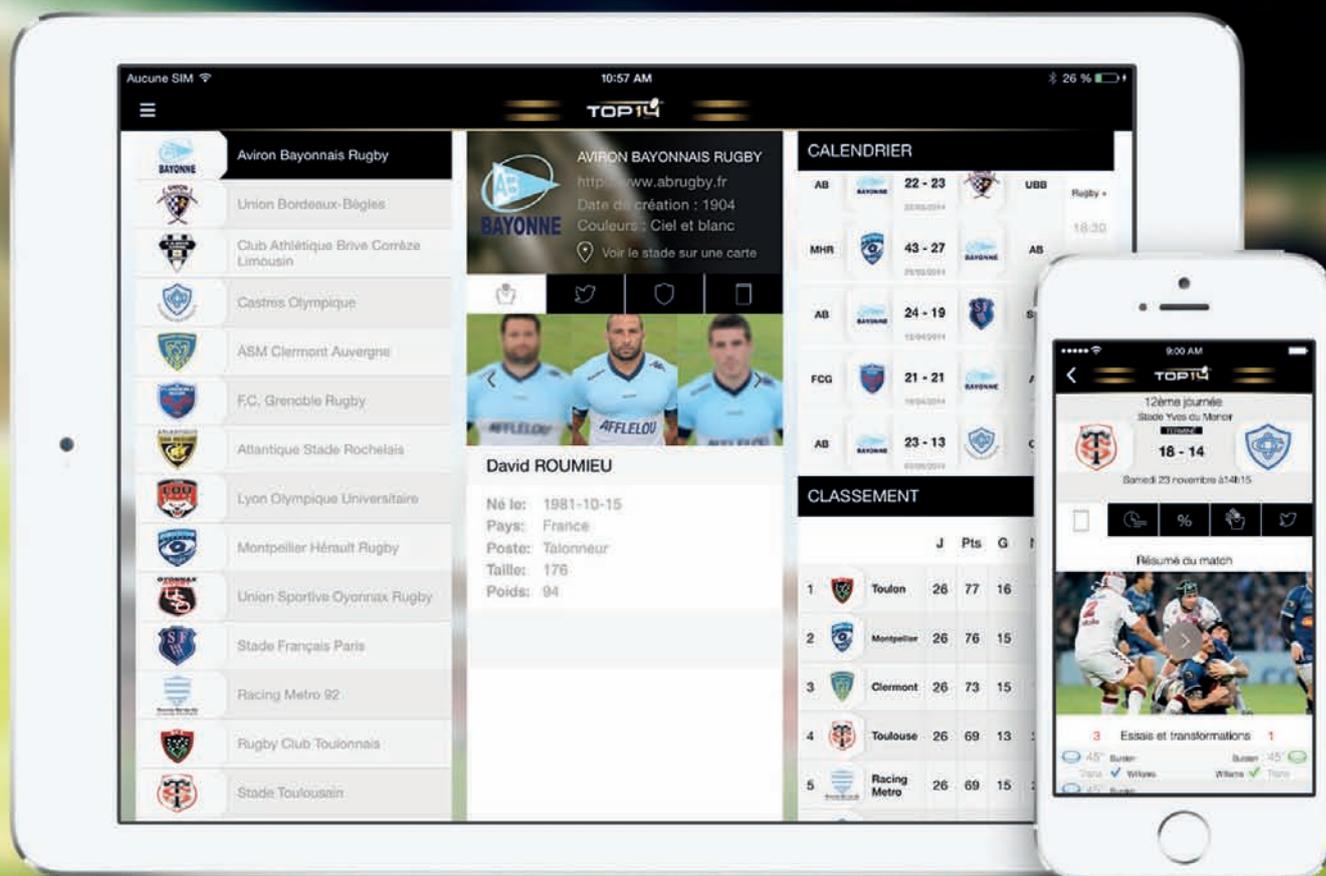
Pour des exercices rendez-vous sur <http://www.techxv.org> (exercices à consulter)



LNR RUGBY APP

Avec l'application LNR, suivez le rugby en direct

L'application rugby la plus complète !



Les matches en live



Tous les résultats



Statistiques joueurs et clubs



Vidéos



Classements détaillés



Compositions officielles

La tactique du clic...

PHASE 1

Premier rideau de lecture.

PHASE 2

Concentration des informations,
préparation des stratégies...

PHASE 3

Consultation du site internet.



www.techxv.org



(c/o Ligue Nationale de Rugby)
25-27, avenue de Villiers 75017 Paris
Tél. 01 55 07 87 43 - Fax. 01 55 07 87 95

