

ÉDITIONS LM MÉDIAS

#47 | NOVEMBRE 2021

MENSUEL GRATUIT

25.000 EXEMPLAIRES

RENNESSPORT.FR    

ENTRETIEN EXCLUSIF
BAPTISTE
SANTAMARIA

JOURNAL RENNES SPORT

JRS

**TRANSAT
JACQUES
VABRE**

NOTRE DOSSIER
SPÉCIAL
15^E ÉDITION

CRMHB

LES DESSOUS
D'UN DÉPART
HISTORIQUE

L'HIVER AU SHOW !

**STADE RENNAIS
LA FORMULE
GAGNANTE
DE GENESIO**



62, Rue de la Besneraye
Route du Meuble
35520 Melesse



Gaëlle, Benetton



Sébastien, La Fauvelière



Anne-Elise, Iforme



Camille, Sport 2000

**110
BOUTIQUES...
La mi-temps
ne va pas
suffire !**



Caroline, Le Quartier des Gourmets



Sullivan, Superdry



Quentin, Father and Sons



Rémi, Lynx Optique

BOULANGER - KIABI - CULTURA - MANGO - SPORT 2000

 **GRAND
QUARTIER**
CHAQUE JOUR À VOS CÔTÉS

mongrandquartier.com   

110 BOUTIQUES & 10 RESTAURANTS - RENNES - ST-GRÉGOIRE

47
NOVEMBRE 2021



CONTACT

JRS - Journal Rennes Sport est une publication du groupe de presse LM MEDIAS. Imprimé dans le 35 (25.000 ex)

RÉDACTION

Directeur de la Publication : François-Xavier Lebert
Rédacteur en chef : Julien Bouguerra
Rédaction : Mélanie Durot - Marie Martel

PHOTOS

Julien Bouguerra

PUBLICITÉ

Vincent Ménard
contact.rennessport@gmail.com

SITE INTERNET

www.rennessport.fr

DEMANDE DE STAGES

Envoyer CV et lettre de motivation à l'attention de F-Xavier Lebert
afxl@orange.fr

PROCHAIN NUMÉRO
48 SORTIE PRÉVUE
VENDREDI 3 DÉCEMBRE

L'ÉDITO

« AVEC LE TEMPS... »

Par Julien Bouguerra,
rédacteur en chef



« Avec le temps, va, tout s'en va, on oublie le visage et l'on oublie la voix, le cœur, quand ça bat plus, c'est pas la peine d'aller chercher plus loin, faut laisser faire et c'est très bien... » Un sacré boute-en-train, ce regretté Léo Ferré.

La ritournelle n'est pas des plus réjouissantes mais collerait presque, en un sens, à la morale du sport version années 2000. Nous pouvons presque, par exemple, poser sur les mots du poète la fin de l'histoire entre Julien Stéphan et le Stade Rennais, il y a déjà huit mois de cela...

Il y a un mois et demi, certains ressortaient déjà le refrain avec l'envie de voir Bruno Genesio faire ses valises, après deux mois de compétition et trois défaites de rang... Et si l'on se calmait un peu et que l'on retrouvait le sens de l'histoire. Les scientifiques du football ont fixé à quatre ans le cycle viable d'un entraîneur, au maximum, au sein d'un club. Sont-ils aussi bien informés que Frédéric Beigbeder qui lui, pense que l'amour dure trois ans ? La vérité est ailleurs, comme le disait ce bon vieux Fox Mulder.

S'il ne s'agit pas toujours d'amour dans le monde du sport, le retour de la vertu « Patience » prouve, par bien des exemples, qu'il faut parfois attendre, persévérer, passer au-delà d'un

résultat ou d'un classement, pour ressortir plus fort d'un passage compliqué et renforcer les liens dans un groupe. Bruno Genesio a ainsi eu ce « privilège » dans la jungle foot d'aujourd'hui, de pouvoir continuer sa mission sur le banc rennais, avec les résultats et la série que l'on sait ces dernières semaines, toutes compétitions confondues : six victoires, deux nuls et une saison définitivement sur les bons rails.

La remarque vaut aussi pour Sébastien Leriche, à Cesson, qui, s'il n'a jamais été menacé ou en position inconfortable, a vécu une fin de saison passée compliquée, où le groupe a aussi construit des liens précieux pour accueillir au mieux les nouveaux cet été et planer aujourd'hui sur le début de championnat, mettant des papillons au ventre de ses supporters. Le métier de technicien, qui comme le temps breton, peut très

rapidement, parfois dans la même journée, passer du plein soleil à la sévère averse, nécessite un peu de mansuétude, de tolérance et de patience. Et si exigence de résultat il y a, elle est avant tout la propriété des coachs vis-à-vis de leurs ouailles. Comme le dit Rudolf Faluvégi, joueur à Cesson : « Le travail est un chemin ». Gageons que patience et la résilience sont de faibles passagères, pour voyager loin, plus loin que la nuit et le jour. Voyage, voyage... ■

LES SCIENTIFIQUES DU FOOTBALL ONT FIXÉ À QUATRE ANS LE CYCLE VIABLE D'UN ENTRAÎNEUR, AU MAXIMUM, AU SEIN D'UN CLUB.

SOMMAIRE

SRFC : Un début d'automne qui détonne	4
SRFC : Interview B. Santamaria : « Passer un palier avec Rennes »	6
SRFC : Déjà le béguin pour Biggy	10
CRMHB : Un début de saison de rêve, les raisons	12
CRMHB : Junior Tuzolana, l'heure de se faire un prénom	14
CRMHB : Rudolf Faluvégi, le retour II	16
SGRMH : Rencontre avec Valentin Boulaire, à la formation	20
CPB HAND : A la découverte d'Antoine Leberre	22
REC RUGBY : Baptiste Le Jallé, l'assurance 100 % Granit	24
LE RHEU : Retour au jeu avec Martin Lagarde	30
STADE RENNAIS RUGBY : Céline Allainmat, la prépa dans la peau	31
BASKET : Joffrey Sclear de retour aux affaires	34
VOLLEY : Nathalie Guitton fait le point sur le début de saison	38
VOILE: Transat Jacques Vabre, présentation et parcours	40
VOILE : Serenis Consulting et Jean Galfione, du cœur à l'ouvrage	41
VOILE : Lamotte-Module Créations : Luke Berry à l'abordage	42
VOILE : La der' de Sébastien Simon sur Arkéa-Paprec	44
BADMINTON : Retour médaille pour Faustine Noël	45

EN AUTOMNE, ÇA DÉTONNE !

APRÈS AVOIR BALBUTIÉ SON FOOTBALL ET FAIT VACILLER SES OBJECTIFS EN DÉBUT DE CHAMPIONNAT, LE STADE RENNAIS A TROUVÉ SON RYTHME DEPUIS SA VICTOIRE FACE AU PSG, OFFRANT SPECTACLE, BUTS, SOLIDITÉ OFFENSIVE MAIS AUSSI UN REFUS DE LA DÉFAITE. LES AJUSTEMENTS DE BRUNO GENESIO ONT FAIT MOUCHE ET CETTE FOIS-CI, LA SAISON EST BEL ET BIEN LANCÉE !

PAR JULIEN BOUGUERRA

Tout va si vite dans le football, toujours prompt à s'emballer quand les victoires s'enchaînent et à vouloir couper les têtes dès que ça ne tourne plus rond. Ceux qui rêvaient déjà de voir la tête de Bruno Genesio tomber après un début de saison compliqué, en sont pour leurs frais depuis un mois : six victoires et deux matches nuls, telle est la série en cours réalisée par le Stade Rennais à l'heure où débute le mois de novembre avec deux réceptions successives contre Mura puis l'Olympique Lyonnais. Deux matches dont les enjeux vont indiquer la tendance : se qualifier quasi définitivement pour le tour suivant en Europa League Conférence et s'installer durablement dans le Top 5 en cas de victoires face aux Gones puis contre Montpellier, Lorient et Lille. Les supporters lyonnais, très durs pour certains d'entre eux à l'époque avec Bruno Genesio, vont retrouver

BRUNO GENESIO, LE COMPOSITEUR D'UNE JOLIE SYMPHONIE !

en Bretagne un coach qui a le vent en poupe et dont la méthode semble adaptée à sa nouvelle terre. Peu adepte des éclats de voix ou des envolées égocentrées à la moindre victoire, le coach rennais reste aussi discret qu'investi et efficace dans son labeur, que les vents soient favorables ou contraires. Ne vous y fiez pas, l'homme fort du Stade

Rennais sait se faire entendre et faire passer ses messages, y compris par la presse, quand il en ressent le besoin. Néanmoins, rendons à César ce qui lui appartient. Après la victoire contre Paris, la défaite de l'ogre parisien fut bien plus à la une que le troisième succès du technicien face au PSG ère qatari. Qu'en aurait-il été si Sampaoli le Marseillais avait réussi cela ? Les coups tactiques, dans cette partie, furent pourtant tous gagnants ! Tout d'abord, la titularisation de Jonas Martin pour taquiner et faire sortir de son match Presnel Kimpembé. Ensuite le choix de créer des déséquilibres pour ne pas faire que subir puis ensuite, à 2-0, une parfaite gestion des espaces et du match, avec une sérénité illustrant un plan ayant fonctionné parfaitement.

A Metz, comme à Bordeaux, Rennes s'offrit un récital offensif cette fois-ci concrétisé au tableau d'affichage avec trois buts illustrant à merveille les forces d'octobre : la talonnade géniale de Gaëtan Laborde sur le premier but, en mode renard esthétique, le chef d'œuvre, petit pont-extérieur du droit surpuissant de Kamaldeen Sulemana puis l'œuvre collective conclue par Martin Terrier pour le numéro 3. Le vrai compositeur d'une si belle symphonie est bien celui que certains de ses détracteurs moquent en l'appelant « Pep », un surnom qui le laisse désormais « indifférent, après l'avoir parfois agacé puis amusé », en clin d'œil au jeu prôné par Maître Guardiola.

L'adversité aidant, ce match donna au Stade Rennais des ailes mais là encore, personne pour fanfaronner. Une attitude lucide et confirmée dans des matches bien moins aboutis en Slovénie contre Mura ou face à Strasbourg. Bien moins inspiré, le Stade Rennais s'imposa néanmoins. Chose qu'il ne parvint pas à faire à Troyes où après avoir ouvert le score et amplement dominé l'entame, il retomba dans un à peu-près sanctionné avant la pause. En fin de match, l'état d'esprit permit néanmoins d'arracher le nul (2-2, 12e j., 31 octobre). Ce refus de la défaite et un investissement dans le jeu des entrants supérieur à celui du début de saison est palpable. Là aussi,



CALENDRIER
DE LA LIGUE 1
UBER EATS

J01 - RENNES - LENS	1-1
J02 - BREST - RENNES	1-1
J03 - RENNES - NANTES	1-0
J04 - ANGERS - RENNES	2-0
J05 - RENNES - REIMS	0-2
J06 - MARSEILLE - RENNES	2-0
J07 - RENNES - CLERMONT	6-0
J08 - BORDEAUX - RENNES	1-1
J09 - RENNES - PSG	2-0
J10 - METZ - RENNES	0-3
J11 - RENNES - STRASBOURG	1-0
J12 - TROYES - RENNES	2-2
J13 - Rennes - Lyon	07/11
J14 - Rennes - Montpellier	21/11
J15 - Lorient - Rennes	28/11
J16 - Rennes - Lille	01/12
J17 - St-Etienne - Rennes	05/12
J18 - Rennes - Nice	12/12
J19 - Monaco - Rennes	22/12
J20 - Lens - Rennes	09/01
J21 - Rennes - Bordeaux	16/01
J22 - Clermont - Rennes	23/01
J23 - Rennes - Brest	06/02
J24 - PSG - Rennes	13/02
J25 - Rennes - Troyes	20/02
J26 - Montpellier - Rennes	27/02
J27 - Rennes - Angers	06/03
J28 - Lyon - Rennes	13/03
J29 - Rennes - Metz	20/03
J30 - Nice - Rennes	03/04
J31 - Reims - Rennes	10/04
J32 - Rennes - Monaco	17/04
J33 - Strasbourg - Rennes	20/04
J34 - Rennes - Lorient	24/04
J35 - Rennes - St-Etienne	01/05
J36 - Nantes - Rennes	08/05
J37 - Rennes - Marseille	14/05
J38 - Lille - Rennes	21/05

CLASSEMENT LIGUE 1

1	PSG	31	12
2	Nice	23	12
3	Marseille	22	12
4	Lens	21	12
5	Rennes	19	12
6	Lyon	19	12
7	Strasbourg	17	12
8	Angers	17	12
9	Nantes	17	12
10	Monaco	17	12
11	Montpellier	16	12
12	Lille	15	12
13	Lorient	15	12
14	Troyes	13	12
15	Clermont	13	12
16	Bordeaux	12	12
17	Reims	11	12
18	Brest	9	12
19	Metz	7	12
20	Sain-Etienne	6	12

Rennes a progressé. Au-delà des chiffres depuis son intronisation il y a huit mois, Bruno Genesio fait à l'évidence un très bon boulot trop souvent injustement passé sous silence et minimisé derrière les performances individuelles de ses joueurs. Non, il n'y a pas toujours besoin de faire des roulades ou les cent pas devant sa zone technique pour être un bon

DK PROTECTION

22 Rue de la Rigourdière
35510 Cesson Sevigne
www.dkprotection.fr

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK



JUSQU'AU 30 NOVEMBRE, en équipant votre maison ou entreprise*, rejoignez-nous en salon VIP du Stade Rennais pour le match de Ligue 1 de votre choix.

ANTICIPEZ

Protégez votre maison

02.99.83.53.83




ALARME, VIDÉOSURVEILLANCE, GÉNÉRATEUR DE BROUILLARD



PowerSeries neo



LOUNGE

*Offre limitée et soumise à conditions.

coach, ni d'être assis sur une glacière et surjouer son côté décalé pour réussir des coups tactiques.

**LE DÉBUT DES
PROBLÈMES
DE « RICHES » ?**

Le plus dur reste néanmoins de confirmer et c'est bien là le défi qui attend le Stade Rennais et son coach en novembre. La défense va mieux, avec des progrès très nets pour Alfred Gomis dans les buts et une défense efficace autour de Nayef Aguerd, buteur, de nouveau inspiré défensivement et toujours aussi fort offensivement sur coups de pied arrêtés. L'émergence de Warmed Omari, qui a provisoirement envoyé Loïc Badé et ses 18 M€ de transfert sur le banc, est intéressante et demande confirmation, notamment avec la prochaine CAN qui devrait priver le Stade Rennais de son international marocain. Ce choix démontre là aussi le caractère d'un entraîneur n'ayant pas peur de faire des choix forts, à l'image également de celui, depuis un mois, de Jonas Martin en titulaire à la place de Baptiste Santamaria, lui aussi acheté cet été à Fribourg pour 14M€, au milieu de terrain aux côtés de Flavien Tait.



Une concurrence saine et visant à faire progresser chacun, sans exclure personne ni offrir de passe-droit. Le retour et les premières passes soyeuses de Lovro Majer donnent une nouvelle arme sur le plan offensif, demandant confirmation. Si Benjamin Bourigeaud reste le taulier précieux, phare de la formation bretonne, les fulgurances et le talent insolent de Kamaldeen Sulemana, encore en quête de régularité, affolent toutes les défenses de L1 et sont une menace permanente pour quiconque croise sa route. Son acolyte Jérémy

Doku, très bientôt de retour, risque d'avoir une faim de ballon, le tout pour alimenter un duo ultra efficace et complémentaire, avec Gaëtan Laborde et Martin Terrier, déjà 9 buts à eux deux toutes compétitions confondues. Les quatre joueurs pourront-ils être alignés en même temps ? L'équilibre collectif serait-il alors trop affaibli, au détriment d'un spectacle potentiellement à ne pas rater ? Avec Lyon, Montpellier puis Vitesse à la maison, le Roazhon Park va vibrer trois fois d'affilée avec l'envie de ne

vivre que de victoires et d'émotions. Viendra ensuite un derby à Lorient jamais simple, puis la réception de Lille, champion sur un fil. Avec ces cinq rencontres, le plus compliqué restera de contenter tout le monde en temps de jeu tout en gardant solidité, efficacité et plaisir. Le début des problèmes de riches ? Un peu, car Rennes, au complet, dispose sur la partie milieu de terrain-attaque d'un effectif très fourni où les minutes de jeu valent cher et les choix seront difficiles ! Reste à ne pas se tromper tout en continuant d'offrir points et spectacle. Tous tournés vers le même objectif, l'Europe, les joueurs savent que la saison est encore longue et que chacun aura voix au chapitre. Dernier absent de taille, que l'on espère retrouver avant la fin de l'année, le RCK, muet et invisible depuis l'affaire de la bâche et pour le moment en sommeil. Si les résultats, malgré son absence, ont suivi, son apport indéniable et son cœur à l'ouvrage nous manquent à tous, des suiveurs du club aux joueurs. Là aussi, la fin de l'année, devrait offrir des réponses sur son avenir au sein d'une saison enfin lancée pour de bon, dans laquelle son apport sera essentiel et rapportera encore de précieux points ! ■

ADS Loisirs

**PORTES
OUVERTES**

**10, 11, 12, 13
NOVEMBRE**

**+100
CAMPING-CARS
& VANS**

La Mézière (35)
adsloisirs.com

« L'ÉQUIPE LA PLUS COMPÉTITIVE DANS LAQUELLE J'AI PU ÉVOLUER »

ARRIVÉ EN PROVENANCE DE FRIBOURG EN ALLEMAGNE, BAPTISTE SANTAMARIA S'EST PARFAITEMENT INTÉGRÉ AU COLLECTIF RENNAIS ET APORTE SA PIERRE À L'ÉDIFICE MÊME EN JOUANT UN PEU MOINS CES DERNIÈRES SEMAINES. ARMÉ D'AMBITIONS ET DU SENS DU COLLECTIF, IL SERA UN ATOUT PRÉCIEUX POUR UNE NOUVELLE QUALIFICATION EN COUPE D'EUROPE. AFFABLE ET DÉTENDU, IL S'EST CONFIE AU JRS, PARLANT AUSSI TATOUAGES ET TIRAGE DE LANGUE.



capifrance
L'atelier

Vous avez un projet immobilier ?

ATELIER CAPIFRANCE RENNES



Contactez-moi !

Jennifer TRAVERS

06 31 15 08 44

jennifer.travers@capifrance.fr

SAS CAPI - 839 rue du Maréchal - Immeuble DIVERCITY 3 - 34170 Caubehou-Hé-Léz
Agent commercial RDAG : 891 121 958 - RENNES

www.capifrance.fr

Baptiste, comment s'est déroulée ton intégration cet été au sein du groupe ?

Je n'ai pas eu le temps de gamberger puisque j'étais aligné contre Rosenborg deux jours après mon arrivée ! J'ai été parfaitement intégré à ce groupe qui vit très bien. Connaître Flavien Tait m'a évidemment facilité les choses !

Son avis a pesé lourd dans votre choix de rejoindre Rennes ? Il n'a pas connu que de bons moments ici...

Il a compté, forcément. Flavien, c'est un pote. Malgré les difficultés qu'il a rencontrées, il ne m'a dit que du bien du club. Je savais qu'il finirait par s'imposer ici, c'est un gros bosseur. Me concernant, Rennes ne pouvait pas se refuser. Et quand on démarre dans son nouveau club en disputant son premier match européen, on se dit que l'on ne s'est pas trompé.

L'Europe était l'argument numéro 1 pour rejoindre la Bretagne ?

En découvrant la scène continentale, je franchis un premier palier que je m'étais fixé mais je suis bien conscient que ce n'est qu'une première étape, il en reste beaucoup d'autres. Je souhaite disputer ces compétitions et quand Rennes s'est intéressé à moi, les choses sont allées vite.

Comment cela s'est-il déroulé ?

Florian Maurice a contacté Fribourg puis ensuite, j'ai eu le coach Genesio au téléphone qui m'a exposé son projet et la façon dont il souhaitait m'utiliser. C'était une opportunité à ne pas rater et je suis très heureux d'être ici. J'étais parti au départ pour rester à Fribourg mais l'offre rennaise a tout changé.

Parle-nous de ton expérience en Allemagne. Fribourg, la Forêt Noire, la vie quotidienne et la langue allemande, c'était comment ?

Franchement, c'était bien après, attention, c'était lors de l'année COVID donc je n'ai pas vraiment eu le loisir de visiter la région, hélas. Fribourg est

« JE NE DIRAIS PAS QUE L'ON TRAVAILLE PLUS DUR EN ALLEMAGNE MAIS L'INTENSITÉ EST DIFFÉRENTE. L'EXEMPLE, SIMPLE, C'EST QUE L'ON PORTE DES PROTÈGE-TIBIAS À L'ENTRAÎNEMENT QUAND EN FRANCE, ON FAIT ATTENTION AUX PARTENAIRES. »

vraiment une jolie ville, très agréable, entourée de montagnes. Pour ce qui est de la langue, j'ai essayé de m'y mettre, afin de m'intégrer au mieux dans le vestiaire. Je comprenais les termes « football », mais dans la vie quotidienne, ce n'était pas simple. J'ai fait quelques sorties en

Alsace et je faisais mes courses à Colmar. C'est compliqué de renoncer à la gastronomie française, croyez-moi, donc je préférais faire la trentaine de kilomètres pour acheter à manger...

Et la Bundesliga dans tout cela, qu'en as-tu pensé ?

C'est un championnat très relevé, où

le Bayern Munich survole les débats mais où tout est très ouvert derrière, avec tout le monde qui peut battre tout le monde. L'intensité des matchs est impressionnante mais elle l'est aussi à l'entraînement.

Travaille-t-on plus dur en Allemagne ?

Je ne dirais pas que l'on travaille plus dur mais l'intensité est différente. L'exemple, simple, c'est que l'on porte des protège-tibias à l'entraînement quand en France, on fait attention aux partenaires. Il y a un impact physique très fort, une grosse agressivité. Pour le reste, les méthodes de travail et la qualité des entraînements sont très proches, ça bosse beaucoup avec de plus en plus de spécifique, poste par poste, que l'on soit en France ou en Allemagne.

Le coût de ton transfert (14 M€) est-il ou a-t-il été un poids à porter ?

Sincèrement, je le prends plutôt comme un gage de confiance de la part du Stade Rennais qui a investi une grosse somme sur moi. Dans un transfert, le joueur est au milieu et n'est pas responsable des montants dépensés par les clubs. Bien sûr, cela met un peu la pression mais sincèrement, pour moi, elle décuple mon envie de montrer à mes dirigeants qu'ils peuvent compter sur moi, à hauteur de leurs attentes.

Tu as déjà eu l'occasion de retrouver



le stade Raymond Kopa. Au-delà de la défaite à Angers, comment les retrouvailles avec ton ancien club se sont passées ?

Sincèrement, si nous avons gagné, cela aurait été bien plus sympa et j'aurais sans doute chambré un peu plus. Là, j'ai plutôt fait profil bas et j'étais surtout très déçu d'avoir perdu. Après, revoir les gens que j'ai long-

« JE SUIS VENU ICI POUR FRANCHIR UN PALIER »

temps côtoyés m'a forcément fait plaisir.

Un autre de tes anciens clubs n'affiche pas la même santé que le SCO, le Tours FC, descendu en Régional 1. Gardes-tu un œil sur le club qui t'a révélé ?

Bien sûr ! Je ne vous dis pas que je regarde leur résultat dès que je sors du vestiaire mais je jette un œil assez

régulièrement sur leur classement, leurs résultats. Franchement, ça fait ch... de voir ce club qui était stabilisé en Ligue 2 et même proche de jouer la montée en Ligue 1 tombé à ce niveau-là. Il y a quand même eu des joueurs comme Laurent Koscielny, Olivier Giroud, Denis Bouanga ou Andy Delort. Je suis natif du Cher, pas très loin et j'ai débuté à Tours. Franchement, quand on te demande où



 **PASQUET**
menuiseries

 Fenêtres

 Portes

 Fermetures

Ici, on parle surtout projet, **le vôtre.**

tu as démarré et que tu cites ton club qui a disparu du haut niveau, ça fait mal au cœur. J'espère qu'ils vont rapidement rebondir !

Revenons à Rennes. Comment juges-tu le début de saison ?

Sincèrement, je dirais qu'il est plutôt pas mal, même si nous devons mieux faire, notamment sur la régularité. Le groupe est en tous cas ultra plaisant et travaille dur et bien. Nous avons l'ambition de nous qualifier pour l'Europe et donc, pour cela, de terminer dans le Top 5. Nous avons les arguments pour cela avec beaucoup d'atouts et une vraie complémentarité et de la qualité sur tous les postes. C'est sincèrement l'équipe la plus compétitive dans laquelle j'ai pu évoluer.

Sur le plan personnel, comment définis-tu ton rôle dans ce collectif et vis-tu bien la concurrence intense qui y règne ?

Elle fait partie du jeu et j'aime ça, cela permet de se dépasser, de se remettre en cause et de fait, de progresser. Au milieu, nous sommes autant de profils différents que de prétendants à démarrer les matches. Pour ce qui me concerne, le plus important, c'est d'être sur le terrain. J'ai évolué quatre ans à Angers en tant que sentinelle devant la défense alors que je jouais plus haut à Fribourg. J'aime les deux rôles et mon objectif reste d'être utile à l'équipe, efficace et j'aspire également à être plus décisif. Je bosse pour.

Dans le vestiaire, tu es plutôt un meneur ou quelqu'un de discret ?

Je ne vais pas trahir de secret mais je suis plutôt du côté des « meneurs ». J'aime beaucoup déconner, chamber et j'ai un tempérament très sociable, qui m'amène souvent à aller vers les autres. J'aime mettre l'ambiance mais je suis loin d'être le seul dans ce vestiaire. Il y a de sacrés phénomènes et aussi un super DJ, Benjamin Bourigeaud, qui aime diversifier ses playlists !



« LES RÉSEAUX SOCIAUX PERMETTENT D'ÉCHANGER ET PARTAGER EN TOUTE SIMPLICITÉ, MÊME SI C'EST UN OUTIL QU'IL FAUT SAVOIR UTILISER ET OÙ IL FAUT AUSSI ÊTRE CAPABLE D'ACCEPTER ET D'ENCAISSER LES CRITIQUES. »

Arrête-nous si l'on se trompe mais ce tatouage, sur ton bras, c'est bien le bateau de Christophe Colomb, la Santa Maria ?

Tout à fait ! Je trouvais que le dessin s'imposait parfaitement avec les autres et c'était un petit clin d'œil

sympa. Je l'ai réalisé il y a cinq ans déjà environ et cela représente aussi un clin d'œil à mes origines espagnoles.

Ce caractère explique-t-il ta présence très active sur les réseaux sociaux ?

Cela fait partie de ma personnalité, sans doute. J'aime partager, échanger et les réseaux sociaux le permettent en toute simplicité, même si c'est un outil qu'il faut savoir utiliser et où il faut aussi être capable d'accepter et d'encaisser les critiques. Tant que celles-ci sont argumentées et formulées correctement, je n'ai pas de problème avec ça. C'est important, de nos jours, d'interagir avec la communauté de supporters. J'aime l'instantanéité des réseaux, le partage qu'ils permettent.

Marcoleptik, célèbre twittos du Stade Rennais, t'y consacre un sujet avec les photos de toi tirant la langue, assez nombreuses. L'avais-tu déjà remarqué et surtout, pourquoi ?

Oui, je m'en suis rendu compte quand justement, je cherchais des photos pour alimenter mes RS... Je ne sais pas pourquoi je fais ça, sans doute la concentration (rires) ! Qu'on me chambre là-dessus me fait en tous cas bien marrer et je trouve la communauté rennaise plutôt sympa et drôle pour le moment. J'espère que nous continuerons de bien nous entendre avec de beaux résultats cette saison.

Un autre résultat qu'une place dans le Top 5 serait une déception ?

Pour moi, oui. Je suis venu ici pour franchir un palier, jouer le haut de tableau et l'Europe et je le redis, nous avons une très belle équipe, qui a les moyens de ses ambitions. Nous allons tout donner pour réussir à offrir d'aussi belles soirées que celles face à Clermont ou au PSG. Nous avons un super groupe, à nous d'en tirer les bénéfices sur le terrain ! ■

RECUEILLI PAR JULIEN BOUGUERRA ET MÉLANIE DUROT

Temporis[®]

Intérim CDI

www.temporis.fr

L'agence d'emploi supporter de ses clients !

Temporis Rennes Est - Agence Généraliste
67, rue de Rennes Cesson Sévigné | 02.99.35.45.55

Temporis Fougères - Agence Généraliste
21 rue des Feuteries | 02.57.67.04.84

Temporis Consulting Rennes Est - Agence Tertiaire
67, rue de Rennes Cesson Sévigné | 02.23.05.20.29

POKAWA

GOOD FOOD

POKÉ BOWLS



GOOD MOOD

POKAWA - RENNES ALMA
Centre commercial Alma, 5 rue
du Bosphore, 35200 Rennes

POKAWA - RENNES RALLIER
10 rue Rallier du Baty,
35000 Rennes



RENNES A DÉJÀ LE BÉGUIN POUR «BIGGY»

s'agit de la création de groupes d'entraînements chez les jeunes en fonction de leur âge biologique et non chronologique. Beaucoup de jeunes sportifs n'ont pas eu la carrière qu'ils auraient pu (dû ?) avoir à cause d'un

**DES « POÈTES »
DE BORO
AUX CROCOS
DE NÎMES**

développement physique tardif. Biggy aurait pu faire partie de ceux-là.

Passé de milieu de terrain à latéral gauche bien que techniquement au-dessus du lot, son club formateur de Stavanger ne le conserve pas. Une grande déception pour celui qui veut devenir footballeur professionnel, mais qui continue malgré tout à s'entraîner avec l'aide de son père. Il faut attendre un voyage scolaire en Angleterre et un match de foot contre les U18 des Wolves pour voir renaître l'espoir. Remarqué par le club de Middlesbrough, Birger Meling quitte le sud-est de sa Norvège natale et rejoint Boro. Pas pour la Premier League mais pour le centre de formation.

Une première étape qui n'en amènera pas de seconde au sein du club anglais. Après un an, le Norvégien rentre au bercail, non conservé dans un club fleurant bon le jeu léché et la poésie à l'anglaise. A 18 ans, le latéral gauche a déjà vu son mental être mis à rude épreuve mais sa combativité et sa détermination s'affirment et vont l'élever. En contactant directement le directeur sportif de Stabæk, il force son destin et transforme l'essai devant les yeux du coach de l'équipe première, un certain Bob Bradley, passé par la sélection américaine mais aussi par Le Havre.

S'il joue peu la première année en professionnel, Birger Meling glane sa place de titulaire en 2015 et connaît sa première sélection chez les Espoirs. Sa troisième saison sous les couleurs de Stabæk se conclut par 4 buts et 3 passes décisives qui attirent le plus grand club du pays, Rosenborg. S'ensuit un titre de champion de Norvège, une dizaine de passes décisives, des participations à Ligue des Champions et à l'Europa League et enfin le graal, les premières sélections en équipe A de Norvège. A tous ceux qui n'ont pas cru en lui, Birger Meling a répondu et pris sa revanche. Après plus d'une centaine de matchs sous le maillot de Rosenborg, nouvel exil au programme après avoir tapé dans l'œil du directeur sportif nîmois, Reda Hammache et de l'entraîneur de l'époque Jérôme Arpinon : « Je recherchais un arriéré gauche. Reda m'avait fait visionner plusieurs vidéos de joueurs, j'en avais sélectionné deux, dont Biggy. J'avais dit, « si on peut l'avoir lui, on le prend ! »

Priorité du coach gardois avec le milieu Andrés Cubas, Birger Meling est convaincu et signe pour une première expérience en professionnel à l'étranger, au Nîmes Olympique, le 10 juin

BIRGER MELING, ARRIVÉ CET ÉTÉ, A RAPIDEMENT MIS TOUT LE MONDE D'ACCORD. RAPPORT QUALITÉ/PRIX, FLORIAN MAURICE A PEUT-ÊTRE RÉUSSI SON PLUS BEAU COUP DE L'ÉTÉ. ADORÉ DES SUPPORTERS, LA RÉUSSITE DE «BIGGY» N'A POUR AUTANT PAS ÉTÉ FAITE D'ÉVIDENCES, LOIN DE LÀ. ENTRE DÉSILLUSION ET REVANCHE SUR LA VIE, LE PARCOURS DU NORVÉGIEN DÉTONNE.

PAR MÉLANIE DUROT

« Arrêtez ce p... de nain ! » Voilà ce que pouvait entendre l'adolescent comme consignes adverses sur les pelouses norvégiennes de son enfance, comme nous le confie son père, néanmoins gentiment tenu au silence par un fiston préférant laisser la famille tranquille à l'abri de nos questions. Alors en U16, Birger Meling dénote par sa petite taille. Comme dans beaucoup de centres de formation, les standards physiques sont élevés et les 40 kilos pour 1 mètre 36 du néo-Rennais ne font ni le poids, ni l'unanimité. Vu les qualités actuelles du Scandinave, voilà qui donne à réfléchir sur la notion de bio-banding ! Késako ? Il


ELA Software
LOGICIELS POUR LA MAITRISE D'OEUVRE

vous présente

BATI-C
Bibliothèque CCTP TCE

BIMDIGIT
Récupération de vos maquettes IFC

PLANNING
Diagramme de Gantt

MULTIDOC

QUANTIPLAN
Mètres sur plans (PDF/DWG) et images

ANALYSE D'OFFRE
Consultation & comparatif des offres

www.ecibat.fr - 02 40 03 03 00

2020. Une première très remarquée par les observateurs de la Ligue 1 avec un but et une passe décisive en 90 minutes face à Brest ! Sur ce premier match de la saison, remporté par Nîmes (4-0), son volume de jeu comme la variété de ses déplacements avaient complètement anéanti la défense brestoïse. « Les déplacements intérieurs, il le faisait déjà un peu à Rosenborg mais on l'avait aussi travaillé à l'entraînement. Son profil était très complémentaire de Romain Philippoteaux qui lui est droitier et donc, capable aussi de rentrer sur son bon pied. En plus, Biggy peut jouer le long de la ligne et amener de la profondeur », rebobine Jérôme Arpinon. Autant de raisons pour les supporters nîmois de l'adopter fissa. Si les performances comptent, l'homme marque aussi les esprits. Sa bouille enfantine transpire la gentillesse quand son français est déjà bien rôdé après seulement un mois dans l'Hexagone. Blessé fin octobre, il rate pratiquement trois mois de compétition et reste impuissant devant la descente aux enfers des Crocos, qui ne gagnent qu'un match pendant cette période. Jérôme Arpinon est limogé début février mais le latéral n'oubliera pas pour autant son premier coach en France : « Biggy m'a envoyé un mes-

sage pour me remercier. C'est quelqu'un que j'apprécie beaucoup et je suis toujours ses matchs. » Nîmes est relégué en fin de saison et le latéral gauche décide de poursuivre sa carrière le long de la Vilaine, proposé qu'il fut à Florian Maurice, vite séduit par son profil. Son coach puis les supporters rennais emboitent le pas grâce à des prestations impeccables sur le terrain ! Dans un français impeccable, sa présentation en conférence de presse charme le microcosme local, la réciprocité prévalant tout autant : « Tout le monde est tellement gentil ici ». Apprécié sur et en dehors du terrain, Birger Meling met tout le monde d'accord : « C'est un garçon qui est très professionnel et qui amène de l'exemplarité dans tout ce qu'il fait. Il est très à l'écoute et son intelligence fait qu'il est dans une progression constante. Il se fixe des objectifs et il arrive à les atteindre petit à petit. Aujourd'hui, au SRFC, il est dans une équipe qui performe et dans un bon club de Ligue 1. Qu'il continue de progresser, je ne demande que ça ! », se réjouit Jérôme Arpinon.

Avec le départ de Faitout Maouassa, Birger Meling, devant Adrien Truffert

à ce jour dans la hiérarchie, performe. Capable de répéter les efforts, son apport offensif mêlé à une belle qualité de passes et de centres en font un atout indéniable au sein de l'équipe rennaise alors qu'il comptabilise deux passes décisives pour le moment.

A dépeindre toutes ses qualités, quelles sont donc ses failles ? Le domaine aérien est concerné même si sa bonne lecture du jeu lui permet malgré tout d'être généralement bien placé contre son vis-à-vis direct. Cependant, l'axe principal de sa progression n'est peut-être pas individuel.

Jérôme Arpinon précise : « Il fait tout pour améliorer ses coéquipiers présents dans sa zone, l'ailier et le défenseur central, pour que les performances de tous soient au-dessus. Dans son jeu offensif, il est très important mais il faut réussir à trouver une complémentarité avec lui. » Celle-ci, pour le moment, ne saute pas aux yeux avec Kamaldeen Sulemana. Explosif, déroutant et excellent dribbleur, le Ghanéen oublie encore trop souvent son partenaire lors des mouvements en triangle. Il n'est pas rare de voir un « une-deux » se transformer en « une-tout court » avec le numéro 10 rennais, préférant la jouer

solo, laissant son comparse norvégien multiplier les propositions de dédoublement, sans suite... L'association est à parfaire pour Bruno Genesio qui hérite néanmoins d'un « bon problème », entre le talent offensif de son attaquant ghanéen et la volonté offensive de son latéral. Très porté vers l'avant, Birger Meling est une arme supplémentaire capable de faire des différences, non pas par le dribble mais bien par la passe et le placement. Ajoutez-y son abnégation, vantée par Jérôme Arpinon : « Il ne renonce jamais, c'est un gagnant ! Il ne supporte pas la défaite. On ne dirait pas comme ça, mais c'est un rôleleur dans le vestiaire, avec du caractère ! Il est bien sur respectueux de ses coéquipiers mais quand il faut dire quelque chose, il le dit. Pour autant, il est adorable, très attachant. C'est très agréable de discuter avec lui et c'est un plaisir d'entraîner un tel joueur. »

Un plaisir aussi de voir le jouer, dans la tradition bretonne des joueurs scandinaves ayant toujours #toutdonner sous les couleurs rennaises, avec, comme pour Kim Källstrom, un incontestable petit plus qui, loin des railleries de l'enfance sur une taille, a déjà fait du « petit Biggy » un joueur ayant tout d'un grand ! ■

UNE ASSOCIATION À PARFAIRE POUR BRUNO GENESIO

ANNIVERSAIRE

Offres Exceptionnelles

32 ans

Du 12/11/21 au 11/12/21 - Sur articles designés en magasin

COMPAGNIE DE LA LITERIE

Une autre façon de voir vos nuits !

RENNES NORD – Saint Grégoire
Rond-Point de La Robiquette

RENNES SUD – Chantepie
Parc Rocade Sud – Leroy Merlin

DÉBUT DE SAISON HIS-TO-RIQUE POUR LES IRRÉDUCTIBLES !

LES RABAT-JOIES QUI IMAGINAIENT UN FEU DE PAILLE APRÈS LE DERBY INITIAL REMPORTE ONT RAVALÉ LEURS SARCASMES TANDIS QUE LES SUIVEURS DU CRMHB SAVOURENT SANS MODÉRATION LE BONHEUR DE CE DÉBUT DE SAISON AUSSI FORMIDABLE QU'INATTENDU. DU MOINS, DANS DE TELLES PROPORTIONS. AVEC 10 POINTS SUR 16, LES IRRÉDUCTIBLES ATTAQUENT TRÈS FORT ET ONT LES CARTES POUR DURER !

UN GROUPE QUI VIT (VRAIMENT) BIEN

Il y a des signes qui ne trompent pas ! Pas une seule des célébrations à la Glaz Arena, lors du 4/4 réussi en Liqui Moly Starligue, ne s'est effectuée sans eux, que ce soit sur le parquet ou dans les vestiaires. Eux ? Ce sont les blessés du moment, comme Rudy Séri ou Rudolf Faluvégi avant son retour, ou comme « Coco » Lorvellec, out pour de longs mois en raison des croisés et mobilisé à chaque fois par ses aînés pour fêter une victoire à laquelle il est associé. C'est peut-être un détail pour vous

mais en sport, ça veut dire beaucoup ! « Ludwig Appolinaire était absent lors de notre match à Créteil mais les gars l'ont appelé avant de fêter la victoire, c'est révélateur », confirmait Sébastien Leriche chez Ouest-France. S'ils gagnent avec panache et solidarité, ce n'est ainsi pas uniquement dû au talent certain de ces joueurs. L'osmose trouvée entre des joueurs ayant en commun de bien connaître le championnat, d'avoir soif de rebond pour la majorité des nouveaux et de se révéler pour les jeunes est pour le moment parfaite. En témoignent les réactions ultra-positives et toujours tournées vers le collectif des rempla-

çants pendant les matchs mais aussi leurs entrées en jeu déterminées même pour des temps de jeu réduits. Au regard de ce qui transpire des matchs en termes d'état d'esprit, d'ambiance et de camaraderie, on imagine aussi aisément une ambiance de grande qualité à l'entraînement la semaine. Une des clés évidentes des succès actuels.

UN STAFF HOMOGENÈME ET RENFORCÉ

Le sport professionnel exige de plus en plus de compétences et de connaissances mais aussi de personnes pour les dispenser. Les staffs évoluent ainsi et tout ne repose plus sur la seule personne de l'entraîneur. Cela, Sébastien Leriche, coach nouvelle génération même s'il officie depuis près de dix ans, l'a bien compris et l'évoquait déjà l'an passé. Par les actes, l'évolution fut concrète cet été avec l'apport de Yann Lemaire en provenance de Chartres comme adjoint et celle de Thibault Minel comme préparateur physique. Le trio, assisté sur la partie médicale par les kinés Sylvain Bloyet, Sandrine Agricole et Inès Keriguel ainsi que les docteurs Thierry Lebars et Pierrick Guillemot. Physiquement, les joueurs sont en pleine forme, avec des programmes à la carte. Et tactiquement, l'arrivée de Yann Lemaire permet une vision à 360° des performances mais aussi des modifications à apporter si nécessaire entre les deux techniciens complémentaires et déjà très complices, qui n'hésitent pas à confronter ou confondre leurs idées selon les cas. Staffé comme rarement en nombre et en complémentarité, le CRMHB a toutes les armes là aussi pour durer.

DU TALENT PARTOUT SUR LE TERRAIN

La solidarité et le respect et l'application disciplinée des consignes est une chose mais pour réussir des exploits comme face à Nantes ou Montpellier, ou offrir une prestation aussi complète et brillante que face à Limoges, il faut encore autre chose, un vrai plus souvent appelé le talent ! Et à différents niveaux, cette formation cesson-



CALENDRIER
DE LA LIQUI
MOLY STARLIGUE

J01 - Cesson - Nantes	29-27
J02 - St-Raphaël - Cesson	28-21
J03 - Cesson - Saran	31-23
J04 - Paris - Cesson	45-22
J05 - Cesson - Montpellier	25-21
J06 - Nancy - Cesson	27-25
J07 - Cesson - Limoges	35-28
J08 - Créteil - Cesson	25-31
J09 - Cesson - Toulouse	12/11
J10 - Aix - Cesson	18/11
J11 - Cesson - Chartres	25/11
J12 - Chambéry - Cesson	02/12
J13 - Cesson - Istres	09/12
J14 - Dunkerque - Cesson	14/12
J15 - Cesson - Nîmes	05/02
J16 - Saran - Cesson	11/02
J17 - Cesson - Nancy	17/02
J18 - Limoges - Cesson	24/02
J19 - Cesson - Créteil	03/03
J20 - Montpellier - Cesson	12/03
J21 - Cesson - St-Raphaël	24/03
J22 - Chartres - Cesson	31/03
J23 - Cesson - PSG	07/04
J24 - Toulouse - Cesson	28/04
J25 - Cesson - Chambéry	06/05
J26 - Nantes - Cesson	19/05
J27 - Cesson - Aix	26/05
J28 - Istres - Cesson	01/06
J29 - Nîmes - Cesson	04/06
J30 - Cesson - Dunkerque	07/06

CLASSEMENT

	PTS	MJ
1	PSG	16 8
2	HBC Nantes	11 8
3	Aix	11 8
4	St-Raphaël	10 8
5	Chambéry	10 8
6	Cesson	10 8
7	Montpellier	9 8
8	Chartres	9 8
9	Nîmes	8 7
10	Créteil	6 8
11	Toulouse	6 8
12	Limoges	5 8
13	Dunkerque	4 8
14	Saran	4 8
15	Nancy	4 8
16	Istres	3 7

Cesson-Rennes Métropole Handball

LES IRRÉDUCTIBLES REÇOIVENT TOULOUSE

V

VENDREDI 12 NOVEMBRE | 20H
GLAZ ARENA

J9

www.cesson-handball.com



naise n'en manque pas ! Dans les buts, Jozé Baznik réussit un début de saison énorme, qui le classe 5e du championnat avec 31% d'arrêts (73/235) et surtout, une aptitude à performer fort dans les moments clés. La défense, elle, serait parmi les trois meilleures du championnat s'il n'y avait eu la déroute de Coubertin, seul vrai loupé de ce début de saison. Conduite par un Romaric Guillo au top de sa forme et véritable patron, elle a su bloquer Créteil, pourtant deuxième attaque du championnat, à 25 buts et Montpellier, encore plus

costaud en la matière, à 21 buts, excusez du peu. Plus qu'une individualité, en défense, les stars se nomment solidarité et complémentarité, avec des garçons aussi efficaces, déterminés qu'interchangeables. Dans l'animation offensive, enfin, l'apport sur les ailes des recrues Théophile Caussé et Junior Tuzolana aux côtés de Youenn Cardinal et Sylvain Hochet apportent une palette encore plus large et difficile à appréhender pour les adversaires. Spectaculaires, les deux nouveaux venus amènent de la vitesse aux attaques rapides et une

imprévisibilité impressionnante. A la conduite du jeu, Robin Molinié, qui partage le poste avec Romain Briffe, est juste épatant. Joueur confirmé de l'élite, il donne l'impression d'être là depuis des années et a changé le visage des Irréductibles, permettant à l'ancien Chambérien à ses côtés de jouer plus libéré. Avec déjà 51 buts sur 73 tirs (68% de réussite !), l'ancien Cristolien est 4ème buteur de l'élite et s'éclate, faisant rayonner par la même occasion son équipe. Dernier point, et non des moindres, au poste de pivot, où Hugo Kamtchop-Baril confirme son excellente saison passée bien que plus surveillé encore par les adversaires. En conservant tous ses points forts et l'état d'esprit permettant à chacun de donner le meilleur, ce CRMHB-là a toutes les cartes en main pour valider son maintien très tôt, bien loin des angoisses des difficiles fins de saisons des années précédentes.

**UN CALENDRIER
À VENIR EXCITANT !**

A la lecture du calendrier de début de saison, Cesson était pour beaucoup en danger et devait réellement démarrer les matchs dit accessibles en novembre ! Il n'en est rien. Après

s'être offert Nantes dans un final à suspense, les Irréductibles ont nettement dominé Saran puis surtout Montpellier, gagnant (25-21) sans qu'il n'y ait la moindre contestation à ce succès de prestige. Match référence, cette victoire a été confirmée contre Limoges, surprise de l'an passé, dans des dimensions encore plus impressionnantes (35-28). Seul petit hic pour le moment, le revers chez le promu Nancy, la faute à un mauvais début de seconde période, rapidement effacé par une victoire tout en maîtrise à Créteil, l'une des autres surprises du début de championnat. Avec Toulouse, seule formation à être venue s'imposer sur le fil en coupe de la Ligue à la Glaz Arena, puis un match sans pression à Aix avant la réception de Chartres, un mois de novembre très intéressant se présente aux Irréductibles. Loin d'être rassasiés, ceux-ci ont l'occasion de prendre goût au premier tiers du classement et n'ont surtout aucune raison de craindre quoi que ce soit ou d'en avoir peur. Les occasions de faire la fête sans oublier les copains sur la touche risquent de ne pas manquer dans les semaines à venir !

JULIEN BOUGUERRA

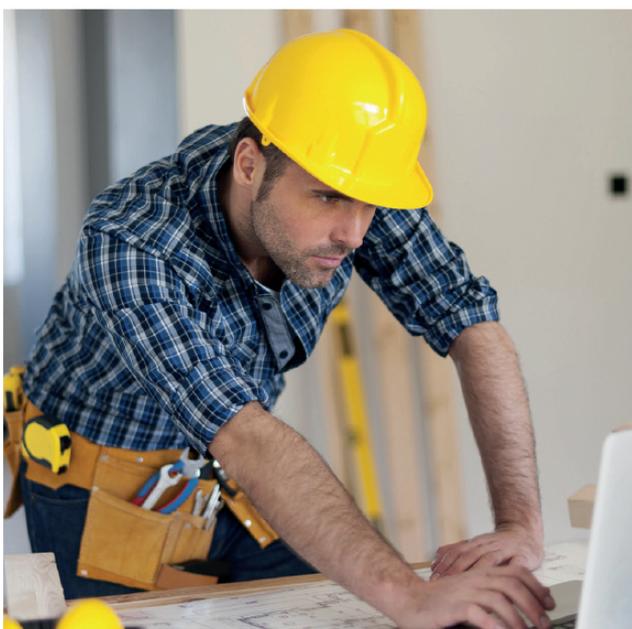
ENTREPRISES DU BÂTIMENT

**Choisissez une assurance
Responsabilité Civile
et Décennale adaptée
à votre métier
pour sécuriser
vos opérations
de construction**

Plus d'infos :
jordan.aubree@april-partenaires.fr



L'ASSURANCE EN PLUS FACILE



JUNIOR TUZOLANA À L'HEURE DE SE FAIRE UN PRÉNOM DANS L'ÉLITE

AUTEUR D'UN DÉBUT DE SAISON PROMETTEUR AVEC CESSON, JUNIOR TUZOLANA, ISSU D'UNE FAMILLE 100% HAND, SEMBLE ENFIN TUTOYER SON AMBITION DE S'INSTALLER DURABLEMENT AU HAUT NIVEAU APRÈS AVOIR FRANCHI LES ÉTAPES UNE À UNE ET MÊME RENONCÉ À UNE CARRIÈRE DANS LE FOOT. UN PARCOURS ATYPIQUE QUI MÉRITE LE DÉTOUR !



ment de soi et de communion avec le public. Il retrouve la petite balle pégueuse et son aile gauche à Dreux, où il régale sous les ordres de son oncle avant de retourner s'éclater avec les copains à Plaisir, en U18 nationaux. Pas de pôle de formation ou de centre de formation donc, mais un lever de rideau qui va tout changer : « Nous jouons avant un Tremblay-Nantes. Je réussis une grosse performance ce jour-

chait l'équipe, qui a vécu à ce moment-là ses plus belles saisons ? » Bien que finalement très peu utilisé dans l'élite, le jeune ailier garde un affect pour son coach d'alors : « Greg, c'est particulier. Il a été le premier à me donner ma chance. Il m'a fait grandir comme joueur mais aussi comme homme en me disant toujours les choses comme il le fallait. Il m'a fait confiance et m'a ouvert la porte en prenant de vrais risques. Je sais tout ce que je lui dois. »

La fin de l'histoire se profile sur les bords de la Loire et Istres se présente, pour un rebond en Lidl Starligue. Là encore, il faudra prouver : « Le club m'a proposé un an de contrat stagiaire pro, pour faire mes preuves, avec la certitude de m'entraîner avec l'équipe une mais sans aucune garantie d'évoluer en championnat. Tout s'est superbement passé pour moi et au bout de quatre mois, j'ai signé mon contrat pro et je n'ai jamais quitté le groupe. » La bande de Gilles Dérot se maintient et Junior Tuzolana semble enfin lancé. Et pourtant...

Dans les tribunes de la Glaz Arena face à Limoges, Jean-Kévin Augustin, footballeur aujourd'hui joueur pro au FC Nantes formé au PSG puis passé par Leipzig ou Monaco, est épaté. La proximité du terrain, les remplaçants qui haranguent leurs coéquipiers ou encore la beauté du handball en mettent plein les yeux à l'ancien espoir du PSG. Bientôt Nordi Mukielé, aujourd'hui à Liverpool ou Adrien Rabiot, milieu de la Juventus, internationaux A, viendront peut-être eux aussi encourager Cesson mais surtout Junior Tuzolana, leur pote de longue date.

« GREG COJEAN A ÉTÉ LE PREMIER À ME DONNER MA CHANCE »

Si « JKA » est originaire comme Junior (Plaisir, dans le 78) de région parisienne, c'est au centre de formation du PSG que les amitiés se sont nouées : « J'ai longtemps hésité entre le foot et le hand. Le hand, c'était la

famille, j'allais toujours voir mes oncles jouer dans les salles. A 12 ans, j'ai choisi le foot car il fallait faire un choix. Après une détection, j'ai intégré le centre de formation du PSG. J'étais milieu relayeur. Cela a démarré l'année où les Qataris sont arrivés. » Nous sommes en 2011 et le neveu d'Audrāy et Francis Tuzolana, anciens joueurs reconnus de LNH, semble tourner le dos à la tradition familiale. Et puis non : « Très vite, j'ai compris que ce n'était pas pour moi. Même à 11-12 ans, nous étions scrutés, observés ou jugés en permanence. C'était tout sauf du jeu, avec une concurrence terrible. A cet âge, il doit y avoir du plaisir, des copains, du partage mais là, on te demande déjà d'être un adulte... J'ai arrêté au bout de neuf mois et même près de dix ans plus tard, je n'ai aucun regret. »

Ce qu'il a gardé du foot, ce sont les copains, fidèles, certains étant désormais des amis proches. Du hand, qu'il démarre dans le club familial à Plaisir, des valeurs de partage, de dépasse-

ment de soi et de communion avec le public. Il retrouve la petite balle pégueuse et son aile gauche à Dreux, où il régale sous les ordres de son oncle avant de retourner s'éclater avec les copains à Plaisir, en U18 nationaux. Pas de pôle de formation ou de centre de formation donc, mais un lever de rideau qui va tout changer : « Nous jouons avant un Tremblay-Nantes. Je réussis une grosse performance ce jour-

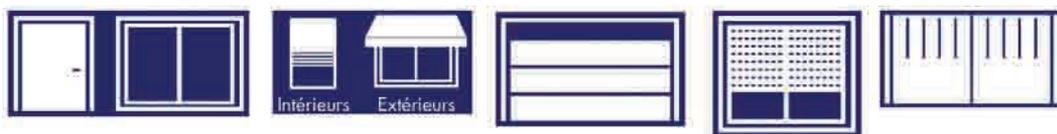
là et Grégory Cojean me repère. Nous sommes en 2015 et le HBCN me propose par la suite d'intégrer le centre de formation. Rock Feliho est l'un des meilleurs amis de mon oncle, je n'ai pas hésité et j'ai tenté ma chance. J'avais un contrat d'un an pour faire mes preuves quand les copains du centre avaient une convention de trois ans. J'ai mis tout ce que j'avais ! » Alors en N1, l'ailier gauche réussit une belle saison entouré des copains « Violet et Jaune ». De quoi convaincre le club nantais de prolonger son « pari » sur un joueur s'étant construit hors des radars habituels. Les entraînements disputés avec les pros donnent envie d'aller plus haut mais la concurrence est trop forte et la dynamique trop bonne pour faire place à la jeunesse dans les rangs de Thierry Anti lors du second acte : « C'était à la fois frustrant, car on a forcément envie d'y aller, mais comment être aigri quand on voit le niveau qu'affi-

« POUR FAIRE UNE BELLE SAISON, IL FAUT 14 TITULAIRES EN PUISSANCE »

Lors de la seconde saison, 2019-2020, l'ancien Nantais reste dans les rotations puis le Covid intervient et sonne la fin de l'histoire, au grand dam d'un joueur pourtant en progrès constants. « J'ai appris que je n'étais pas reconduit puis le championnat s'est arrêté. Je suis remonté à Paris dès le lendemain de l'annonce de l'interruption du championnat sans jamais retourner en Provence. La fin me laisse des regrets, surtout dans la forme... » Fini le Sud et place, pour quelques

BATISOL

EXPERT RÉNOVATEUR DEPUIS 1973



MENUISERIES

STORES

PORTES DE GARAGES

VOLETS

PORTAILS

DEPANNAGE DE VOLET ROULANT

SHOWROOM

265, rue de Nantes - 35200 RENNES.

02.99.65.05.76.

contact@batisol35.fr

DEVIS GRATUIT

mois, à une épreuve nouvelle, le confinement : « Sincèrement, cette période m'a presque fait beaucoup de bien. Depuis des années, je sacrifiais tout pour réussir dans le hand et je ne voyais plus beaucoup la famille. Je pense que cette épreuve nous a permis de nous recentrer, de donner de vraies valeurs et le sens des priorités. Le sport, c'était très loin de mes préoccupations, ce qui comptait, c'était de sortir au plus vite de ce cauchemar. J'ai pu me rapprocher de mes quatre frères et sœurs, nous avons beaucoup discuté, joué à la console, aux jeux de société. Je suis d'ailleurs assez mauvais perdant. J'aime aussi jouer en solo, à Football Manager, ma passion invouable ! Je pourrais passer des nuits entières à coacher le PSG pendant deux trois saisons avant d'aller me challenger sur des petites équipes. Cela m'a parfois valu des petits yeux le matin à l'entraînement. »

Le moment venu, il faut donc retrouver un nouveau challenge pour le bondissant ailier gauche, qui atterrit à Pontault-Combault, en Proligue. Au contact de Chérif Hamani, le plaisir est de nouveau là, les belles prestations aussi : « Je marche à l'affectif, j'ai besoin de cela pour tout donner et avec Chérif, ce fut vraiment une très belle rencontre. » Les « Jaune et



Bleu » iront jusqu'aux barrages où ils échouent de peu pour la montée. Dans la saison, deux matchs amicaux à Cesson à la trêve hivernale et une nouvelle prestation très convaincante achèvent de convaincre les Bretons d'enrôler le joueur, suivi depuis un long moment, six mois plus tard : « On a discuté à cette occasion, le courant est bien passé. L'été précédent, j'avais failli signer en doublure de Sylvain Hocht mais le club avait alors donné la priorité aux jeunes. Cette fois-ci, cela s'est acté. »

Depuis début juillet, Junior Tuzolana s'habille de la marinière des Irréductibles, avec succès. Contre-attaquant redoutable, joueur ultra-spectaculaire au jump épatant qui se termine quasiment dans les bras du gardien adverse dans les buts, son activité, son

volume et son envie permettent non seulement au capitaine Hocht de souffler mais aussi d'offrir davantage de variété dans le jeu sur les ailes. Dans un système désormais basé sur les attaques rapides, l'ancien milieu de terrain du PSG excelle et régale, jouant avec une Glaz Arena enfin prompt à s'enflammer. Quand il est sur le banc, le joueur n'est jamais assis et pousse ses coéquipiers, jouant avec la foule, hurlant sa joie sur chaque but. Un état d'esprit exceptionnel et positif, qui sublime les performances : « Dans ce groupe, je me sens super bien. Quand on voit la qualité de l'effectif sur le papier, poste par poste, je suis convaincu qu'il y a matière à faire beaucoup mieux qu'un simple maintien et le début de saison, tant par les résultats

que par la qualité du jeu à domicile, va dans ce sens. Ici, les mecs jouent les uns pour les autres. Il y a une diversité de profils et chacun peut apporter sa pierre à l'édifice. Je ne suis pas venu comme simple doublure qui est là pour relayer Sissou quand il a soif. Je suis là pour le compléter sur le poste, on se challenge, on se bouge et se pousse à être meilleurs l'un et l'autre. Dans le hand moderne, on ne peut plus s'appuyer sur 7 joueurs et des remplaçants pour faire une belle saison, il faut 14 titulaires en puissance. Les complémentarités sur le même poste et entre les postes est là et j'espère que nous allons durer ! » Durer, le numéro 23 cessonais espère bien également le faire en Bretagne, où il se sent bien et compte continuer d'inviter ses potes footballeurs du centre de formation du PSG pour les convertir à la folie du hand, teintée de « Glaz ». Après avoir avalé des couleuvres et franchi les obstacles, l'heure semble enfin venue pour Junior Tuzolana d'inscrire à son tour son prénom dans le livre du handball français aux côtés de celles des tontons, pour le « Plaisir » et sans jamais se départir d'un sourire déjà adopté par tout un club et ses fidèles supporters ! ■

JULIEN BOUGUERRA



AU BUREAU
PUB & BRASSERIE
since 1989

HAPPY HOUR*
SPORT'S BAR

*Heures heureuses

ZAC DE LA RIGOURDIÈRE
35510 CESSON-SÉVIGNÉ

02 99 35 78 84



RUDOLF FALUVÉGI

« JE SAVAIS QUE L'HISTOIRE AVEC CESSON N'ÉTAIT PAS TERMINÉE »

DE RETOUR CET ÉTÉ, RUDOLF FALUVÉGI A RETROUVÉ LE PARQUET DE LA GLAZ ARENA 9 MOIS APRÈS SA RUPTURE DES LIGAMENTS CROISÉS À STUTTGART, À L'ISSUE D'UNE RÉÉDUCATION EXPRESS ! PLACE AUX AMBITIONS POUR L'ATTACHANT HONGROIS, DANS UN FRANÇAIS IMPECCABLE !

Contre Limoges, à la 22', tu inscrist le but du 14-9 pour le CRMHB, quelques secondes après ton entrée. Qu'as-tu ressenti à cet instant précis ?

Sur le moment, je n'ai pensé à rien, je n'ai pas eu le temps ! J'ai juste senti toute l'affection de mes coéquipiers, qui ont foncé vers moi pour me féliciter et partager avec moi. Ce match, jusqu'au bout, je ne savais même pas si je pourrais le jouer...

A cause de ta blessure ?

Non, le timing ! La veille, j'étais en Allemagne pour les derniers examens de validation de ma reprise et je suis rentré à une heure du matin ! Toute la journée, ça a été une course contre la montre, je suis presque arrivé en courant à la Glaz Arena pour être bien présent ! Je n'ai pas eu le temps de faire le match dans la tête avant de le jouer. C'était peut-être le mieux pour jouer sans me poser de questions !

Alors que le staff ou les dirigeants parlaient de ton retour en janvier 2022, te voici déjà opérationnel...

Sincèrement, ce n'est pas une surprise. On a travaillé avec beaucoup de sérieux, sans brûler les étapes mais en donnant un maximum à chaque entraînement. J'ai vécu une réhabilitation de rêve ! On allait de plus en plus loin relativement tôt, sans surcharger les doses de travail. Bien sûr, je ne suis pas encore tout à fait prêt mais ma saison est démarrée, je suis dans le groupe, sur le terrain et je vais monter crescendo. On avance par étapes et Thibault Minel m'accompagne parfaitement. Il sait quand

je dois me reposer et quand il faut forcer et j'ai pleine confiance lui tout comme envers les kinés ou le médecin. Je leur suis très reconnaissant.

Le goût du travail semble être inné pour les joueurs issus des pays de l'Est, quel que soit le sport concerné. Y'a-t-il une approche culturellement différentes avec les pays plus latins ?

L'approche n'est pas la même et oui, cela est souvent propre à la culture d'un pays. Pour moi, le travail est un chemin. J'ai toujours été, partout où je suis passé, celui ou l'un de ceux qui bossaient le plus. J'ai toujours vu l'investissement personnel comme une porte de sortie, la solution pour toujours progresser et avancer. Mais le revers de la médaille, c'est qu'à 23 ans, je devais déjà me faire opérer de l'épaule car mon corps souffrait. En Hongrie, nous allons peut-être trop fort, trop vite et trop loin. Ce que j'admire ici, c'est qu'ils savent doser et choisir les bons moments pour bosser. Au début, avec Thibault, je n'avais pas de courbatures après les courses, les entraînements puis petit à petit, oui (*rires*). Dans l'esprit de la préparation française, il maîtrise l'équilibre et sait ne pas abuser du corps, ne pas aller trop loin. C'est impressionnant. Aujourd'hui, j'essaie de l'écouter, de me reposer quand il le faut et d'avoir confiance en mon corps. Avec l'âge, j'ai gagné en sérénité.

Le Rudolf d'aujourd'hui à Cesson est-il différent de celui venu en joker médical fin 2018 ?

Plus apaisé et plus mature, c'est sûr.

Aujourd'hui, tout est en place pour mon équilibre, que ce soit en famille ou sur le terrain. On a une superbe équipe, avec des mecs vraiment bien, j'ai retrouvé les terrains, je me sens en forme et je suis heureux d'être revenu ici. Le club m'a tendu la main en période de Covid et je n'ai pas hésité une seconde. Avec la descente et surtout le sentiment de ne pas avoir pu donner il y a trois ans ce que les gens attendaient de moi, j'avais un goût d'inachevé, de très grosse frustration et tristesse. Quelque part, je savais que l'histoire avec Cesson n'était pas terminée et c'est une joie de la reprendre ainsi. Le club a encore grandi, est remarquablement organisé pour nous les joueurs mais je suis aussi très heureux de retrouver tout le monde, des joueurs aux bénévoles. Je n'ai oublié personne. A l'époque, il y avait trois salariés dans les bureaux. Qui serais-je si je me permettais d'oublier ceux qui m'ont aidé ou tendu la main, même s'ils ne sont plus au club ? Cesson, c'est vraiment à part dans mon cœur.

D'autant plus que l'équipe réalise l'un de ses meilleurs débuts de saison !

Cela ne m'étonne pas ! Le groupe est pétri de qualités, il y a beaucoup de talent et humainement, c'est une équipe formidable. Sur le terrain, cela prend vraiment bien et les résultats récompensent tout le boulot effectué dans la semaine avec le staff, le préparateur, les médecins et kiné. C'est tout un club, dont évidemment nos supporters, qui est aujourd'hui récompensé avec ces bons moments partagés. Ce n'est que le début mais

on ne se fixe pas de limites. Rester dans la première partie de tableau serait génial mais on va déjà s'attacher à assurer le maintien le plus vite possible. Sur le plan personnel, je veux apporter l'équipe, gagner en temps de jeu, peu importe où je joue, je donnerai tout !

Tu as ainsi le cadre idéal pour aller vers le chemin de la grande forme !

J'avais besoin de retrouver cela. Pendant ma convalescence, je ne me suis jamais senti seul ou isolé, au contraire. C'est dur d'être en tribune, de ne pas être sur le terrain mais les gars m'ont toujours inclus dans tout. Il y avait à chaque entraînement une tape dans le dos, un câlin ou un mot d'un collègue pour me demander comment j'allais, où j'en étais, ça dès qu'on se croisait quand j'étais sur mes séances spécifiques. Certains sont démonstratifs, d'autres moins mais rien qu'un « ça va ? » faisait du bien, car je le savais sincère et non juste histoire de demander, sans s'intéresser à la réponse. Je fonctionne à l'affect et ici, je suis servi. Sylvain Hochet me parle beaucoup, m'encourage, comme tous les copains. J'ai aussi une grosse pensée pour Coco (Corentin Lorvellec, ndlr), qui vient de vivre ce que j'ai connu cette année et dont je me suis beaucoup rapproché. J'essaie de le rassurer, lui parler, l'accompagner dans ces moments compliqués et je sens de la reconnaissance de sa part. Ce groupe est plein de sincérité et de partage et ces qualités-là seront une arme de plus dans les mois à venir ! ■

RECEILLI PAR JULIEN BOUGUERRA



GAËTAN JAN AUTOMOBILES

EXPERT

de père en fils depuis 1955

Rendez-vous sur
www.ad.fr

- Vente de véhicules neufs et occasions ● Mécanique
- Carrosserie ● Peinture ● Prêt de véhicules
- Voitures sans permis

www.gaetanjanautomobiles.fr

50, rue de la Rigourdière - CESSON-SÉVIGNE - 02 99 83 27 87



BMW Premium Selection



LES OCCASIONS ÉPHÉMÈRES BMW.

JUSQU'AU 30 NOVEMBRE, PROFITEZ D'AVANTAGES EXCEPTIONNELS SUR
UNE SÉLECTION DE VOITURES D'OCCASION CERTIFIÉES DU RÉSEAU BMW.



**3 ANS D'ENTRETIEN
OFFERTS.⁽¹⁾**



**3 ANS DE GARANTIE
BMW Premium Selection
à 1€ en cas de financement.⁽²⁾**



**FINANCEMENT
SUR MESURE.⁽³⁾**

BMW HUCHET RENNES
ZA la Brosse - route du Meuble
35760 SAINT-GRÉGOIRE
02 99 25 06 06

BMW HUCHET SAINT-MALO
3 rue de la Grassinai
35400 SAINT-MALO
02 99 82 35 45

Un crédit vous engage et doit être remboursé, vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager. (1) Contrat d'entretien Flex BMW Service de 36 mois ou 60 000 km pour les véhicules diesels et 36 mois ou 40 000 km pour les véhicules essence, hybrides rechargeables ou électriques au premier des deux termes atteint. Il inclut les opérations de vidange huile moteur (appoints compris), les contrôles périodiques, le remplacement du liquide de freins, du filtre à air, du filtre à carburant, du microfiltre de climatisation et des bougies d'allumage (moteurs essence uniquement). Prestation valable pour toute commande d'une BMW ou BMW i labélisés BPS (hors gammes BMW M), dans la limite de 200 000 km. Offre valable du 28/10/2021 au 30/11/2021. Offre réservée aux 1000 premiers dossiers acceptés par BMW France. (2) Une garantie BMW Premium Selection étendue à 3 ans pour 1 €, uniquement disponible dans le cadre d'un financement BMW Finance d'une durée de 36 mois. Cette prestation est liée à un financement BMW Finance, sous réserve d'acceptation par BMW Finance et consiste en une année de garantie au-delà de la garantie BMW Premium Selection initiale de 2 ans. L'extension de garantie BMW Premium Selection est proposée et gérée par BMW Financial Services, département de BMW Finance et est assurée auprès de MMA IARD Assurances Mutuelles, société d'assurance mutuelle à cotisations fixes, 775 652 126 RCS Le Mans, et MMA IARD, S.A. au capital de 537 052 368 €, 440 048 882 RCS Le Mans, ayant leurs sièges sociaux au 14 bld Marie et Alexandre Oyon, 72030 Le Mans Cedex 9. Sociétés régies par le Code des assurances, dénommées ensemble MMA et soumises à l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution - 4 Place de Budapest - CS 92459 - 75436 Paris Cedex 09. Les prestations d'assistance sont mises en oeuvre par AWP France SAS, société par actions simplifiée au capital de 7 584 076,86 €, 490 381 753 RCS Bobigny, siège social : 7 rue Dora Maar, CS 60001, 93400 Saint-Ouen, société de courtage d'assurances immatriculée à l'ORIAS (www.orias.fr) sous le n° 07 026 669, et assurées par Fragonard Assurances, SA au capital de 37.207.660 Euros, 479 065 351 RCS Paris, siège social : 2 rue Fragonard - 75017 Paris, entreprise régie par le Code des Assurances. Offre valable pour toute commande du 28/10/2021 au 30/11/2021 d'une BMW ou BMW i (hors gammes BMW M) immatriculée depuis plus de 6 mois et de moins de 3 ans, dans la limite de 200 000 km et dans le réseau participant. (3) Financement sur mesure sur 36 mois en Location avec Option d'Achat avec droit légal de rétractation. Sous réserve d'acceptation définitive par BMW Finance, SNC au capital de 87.000.000 Euros, 343 606 448 RCS Versailles, siège social : 5 rue des Hérons - 78180 Montigny-le-Bretonneux, immatriculée en tant que courtier en assurance à l'ORIAS sous le numéro 07 008 883. N° TVA Intracommunautaire FR 65 343 606 448. Offre valable pour toute commande du 28/10/2021 au 30/11/2021 d'une BMW ou BMW i (hors gammes BMW M) immatriculée depuis plus de 6 mois et de moins de 3 ans, dans la limite de 200 000 km et dans le réseau participant. Offre avec droit légal de rétractation. Cette publicité est conçue par BMW France et BMW Finance et, est diffusée par votre concessionnaire Huchet BMW qui apporte son concours à la réalisation d'opérations de crédit sans agir en qualité de prêteur. S'il a le statut d'IOBSP, sa qualité de mandataire bancaire et son numéro d'inscription à l'ORIAS (www.orias.fr) sont notamment affichés à l'accueil.

L'AUTOMNE, SAISON COMPLIQUÉE POUR LES ROSES...



gardait un petit espoir d'échapper au pire après la rencontre, elle qui a déjà connu pareille mésaventure il y a dix ans... Vingt-quatre heures et une défaite d'un but plus tard, le verdict tant redouté est officialisé : rupture des ligaments croisés pour la capitaine des Roses, saison terminée.

Cette blessure au corps et au cœur des Roses vient ternir un tableau où pourtant, de vraies zones d'espoirs demeurent. Si le groupe du SGRMH a été considérablement modifié et une nouvelle fois rajeuni cet été, les motifs de satisfaction, notamment à l'issue de ce match face aux Alsaciennes d'Achenheim (4es) existent : « Petit à petit, nous commençons à nous trouver. On a avancé collectivement dans notre projet de jeu. On a su sortir la 1-5 contre ATC pour la première fois de la saison et faire quelque chose de performant et cohérent. Même si la défaite fut dure à avaler, on avance vraiment », confiait Juliette Guerrier, l'une des joueuses les plus expérimentées du groupe, à l'issue de la partie. « Ce fut un vrai combat, un vrai match de D2, ça fait plaisir d'en sortir enfin un ! Nous avons rivalisé avec une grosse équipe et cela prouve que l'on peut être au niveau. Là, nous arrivons sur des matchs couperets qui vont être décisifs pour mettre au moins trois équipes derrière nous. Il faudra mettre les mêmes ingrédients tous les week-ends. Ce qui nous sauvera, c'est la répétition des performances. »

Espoir déchu hélas, dès la semaine suivante, avec un nouveau revers, le cinquième de rang, en banlieue lyonnaise contre Vaux-en-Velin, de nouveau d'un petit but (23-22). Avec six défaites en sept journées de championnat, le démarrage est plus que poussif comptablement mais pour autant, la saison est encore longue !

Dans une Division 2 au nouveau format où trois équipes descendront, la priorité pour le SGRMH sera avant tout, cette saison, de terminer au pire à la onzième place afin de se sauver et de pouvoir poursuivre la structuration progressive du club. Une ambition raisonnable mais pour laquelle il va rapidement falloir enclencher la seconde. Séduisantes par séquences, poussées par le meilleur public de la division, quel est donc ce frein qui bloque pour les moments les Grégoriennes au stade des bonnes intentions ? Olivier Mantès, coach de

l'équipe, voyait lui aussi des motifs d'encouragement après Achenheim : « Les filles se sont bagarrees et ont envoyé sur l'heure de jeu. Il n'a pas manqué grand-chose, on

a les situations que l'on rate. Sur ce match, les filles étaient dans le vrai. Il faut être un peu plus tueuses et régulières dans le savoir-faire mais le groupe est jeune et manque de maturité. Ce qui m'a gêné sur les matchs

SI LES SOURIRES ÉTAIENT AU RENDEZ-VOUS APRÈS LA PREMIÈRE VICTOIRE DE LA SAISON DÉBUT SEPTEMBRE FACE À CANNES À LA RICOQUAIS, ILS SE FONT AUJOURD'HUI PLUS RARES MÊME SI RIEN NE SERT DE CÉDER À LA PANIQUE. À L'AUBE DE DEUX RENDEZ-VOUS ULTRA-IMPORTANTES AVANT LA TRÊVE, L'HEURE EST À LA RÉACTION MALGRÉ LES VENTS CONTRAIRES ET UNE 10E PLACE EX-ÆQUO.

Non, c'est certain, elles n'avaient pas besoin de ça... Nous sommes le samedi 23 octobre et les filles du SGRMH s'affairent à remonter au score face à Achenheim en seconde période. Ayant recollé au panneau d'affichage, les filles d'Olivier Mantès sont dans le coup et proches de renverser la vapeur. Sur un contre et un tir comme tant d'autres dans un match, Manon Sol essaie de s'interposer mais sent son genou gauche se dérober. Cris de douleur puis évacuation par le staff sans mettre le pied au sol, l'issue ne fait guère de doute. Même si la gardienne brétillienne

**LE MENTAL
COMME ARME
PRÉPONDÉRANTE
POUR S'EN SORTIR**



SODICO

Au service des professionnels
1983

Votre spécialiste chauffage bois pour les professionnels

FUMISTERIE - APPAREILS BOIS et GRANULES - CONDUITS - ACCESSOIRES



5000 REFERENCES - 6000 M2 DE STOCK



www.sodico.eu

Partenaire Officiel du Handball Brétillien






antérieurs, c'est le manque de bagarre, de combat. Si nous n'allons pas chercher les ressources dans le mental, dans l'abnégation, ce sera très compliqué. Il faut faire encore plus. » La direction est toute indiquée : forcer son destin et son mental, arme prépondérante pour s'en sortir et faire également de ce que certains estiment une faiblesse, une force, à savoir la dimension physique : « Nous le savons, d'autres équipes ont des gabarits plus grands ou plus puissants que les nôtres mais à nous de jouer avec

nos armes, nos caractéristiques. Ce n'est pas tant le gabarit que la détermination qui fait la différence, surtout dans la lutte pour se maintenir. »

HORS DE QUESTION DE LAISSER SA PLACE EN D2

Inutile, donc, pour les « Roses » de se cacher derrière les différences athlétiques et cela, les filles du SGRMH le savent. Le mental est le chemin pour offrir un répit et un rebond aux joueuses du président Jean-Luc Bosse. Rochechouart à domicile, début novembre, puis Clermont-Ferrand sont deux gros révélateurs sur lesquels engranger points et confiance devient

vital, même si la phase aller n'a pas encore délivré son verdict. Désormais privées de leur capitaine pour la saison, les Brétiliennes doivent lâcher les chevaux et tout donner dans chacune des confrontations à venir pour retrouver sérénité, points et surtout, une place plus confortable au classement. Trouver aussi en ce coup du sort une motivation supplémentaire pour leur copine, contrainte à devenir spectatrice de la saison. Invitées au banquet de la Division 2 pour la troisième année consécutive, une première dans les vingt années d'existence du club, les Bretonnes le savent : il est hors de question de laisser sa place au festin, dûment acquise avec travail de fond sur la formation et le développement du club, patience et passion.

La saison est encore longue et ces Roses-là ne demandent qu'à refaire fleurir les points. Avant le printemps si possible : « Les filles ont déjà montré sur plusieurs matchs ce qu'elles ont dans le ventre, conclut Olivier Mantès. Il faudra aussi voir sur la durée ce qui est dans la tête, avec la gestion des matchs et la faculté d'apprendre, d'accumuler l'expérience. On va travailler dans ce sens. ■

JULIEN BOUGUERRA



CALENDRIER DE LA DIVISION 2

J01 - NOISY - SGRMH	32-28
J02 - SGRMH - CANNES	27-20
J03 - AULNOYE - SGRMH	30-23
J04 - SGRMH - BÈGLES	19-24
J05 - NÎMES - SGRMH	31-24
J06 - SGRMH - ACHENHEIM	26-27
J07 - VAUX-EN-VELIN - SGRMH	23-22
J08 - SGRMH - Rochechouart	06/11
J09 - Clermont - SGRMH	20/11
J10 - SGRMH - Octeville	08/01
J11 - Stella - SGRMH	15/01
J12 - SGRMH - Le Havre	22/01
J13 - Saint-Amand - SGRMH	05/02
J14 - SGRMH - Noisy	12/02
J15 - Cannes - SGRMH	19/02
J16 - SGRMH - Aulnoye	26/02
J17 - Bègles - SGRMH	12/03
J18 - SGRMH - Nîmes	19/02
J19 - Achenheim - SGRMH	26/02
J20 - SGRMH - Vaux-en-Velin	02/04
J21 - Rochechouart - SGRMH	09/04
J22 - SGRMH - Clermont	30/04
J23 - Octeville - SGRMH	07/05
J24 - SGRMH - Stella	14/05
J25 - Le Havre - SGRMH	21/05
J26 - SGRMH - Saint-Amand	04/06



Photographie - Alain Clavier

Du plaisir de l'eau au sport de glisse

Cours de natation enfants & adultes

Bébés nageurs - Jardin aquatique - Familiarisation - Apprentissage - Approfondissement - Perfectionnement - Multi-activités
Aquaconfiance - Apprentissage - Approfondissement - Perfectionnement - Palmes

www.spadium.fr
02 23 40 89 89



La ricoquais
35760 Saint-Grégoire



VALENTIN BOULAIRE

LA PASSION DE LA TRANSMISSION

LE CENTRE DE FORMATION EST UNE ENTITÉ À PART ENTIÈRE ET PRÉPONDÉRANTE DANS UN CLUB DE HAUT NIVEAU MAIS AUSSI LA SUCCURSALE DE L'ÉQUIPE PREMIÈRE. AU SGRMH, L'OBJECTIF EST DE LE DÉVELOPPER UN PEU PLUS CHAQUE ANNÉE LE STRUCTURE POUR QUE TOUTES LES FILLES TROUVENT UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ. VALENTIN BOULAIRE TRAVAILLE AU QUOTIDIEN DANS CE SENS POUR LEUR DONNER LE MEILLEUR CADRE POSSIBLE.

Aujourd'hui, quand on gère un centre formation, on imagine une responsabilité où les enjeux dépassent le cadre sportif...

Comme le dit le responsable de Bourg de Péage Geoffrey Terver, nous sommes sur un accompagne-

ment à 360° et je suis assez d'accord avec cette expression. Nous essayons d'avoir de plus en plus de secteurs dans lesquels accompagner les filles. Pour moi, plus les domaines sont nombreux, plus elles seront performantes. Chez nous, il y a un prépara-

teur mental, physique, nous faisons aussi appel à un kiné mais aussi à un dentiste. Anne-Laure nous accompagne sur le plan scolaire et la vie quotidienne et Laure Bulucua nous permet d'avoir aujourd'hui un lien plus important avec les partenaires pour trouver des stages ou des futurs emplois. Les joueuses doivent pouvoir trouver un appui, quel que soit le domaine. Il nous faudrait encore plus de monde, elles sont jeunes. Il faut les chouchouter pour qu'elles construisent leur meilleur chemin. Même pour une joueuse qui ne restera pas, l'accompagnement doit aller jusqu'au bout. Nous allons de plus en plus vers un accompagnement individualisé.

était à la tête du Centre de Formation mais aussi préparateur physique de l'équipe première.

Quel est ton rôle aujourd'hui ?

J'ai pris la suite de Pierre. Aujourd'hui, je suis analyste vidéo pour le club et je m'occupe de la N1. J'ai dû lâcher les équipes jeunes. Cela m'a permis de passer un cap et de progresser encore. La première année a été un peu galère mais maintenant, nous arrivons à progresser tous ensemble. Je veux continuer de développer la vidéo mais aussi le Centre de Formation pour aller encore plus loin. Je sais aujourd'hui que mon objectif est clair : optimiser au maximum notre centre de formation.

Comment arrives-tu à gérer la concurrence entre les joueuses ?

Je pense qu'il n'y a pas de concurrence à proprement parler entre les joueuses. Elles sont vraiment toutes avec des profils différents et ne sont pas arrivées au SGRMH pour la même chose, ni avec les mêmes capacités. J'ai des joueuses sur tous les postes. Cela se passe plutôt bien. Olivier Mantès est attentif aux jeunes, il a construit son équipe également autour des profils qui pourraient arriver au Centre de Formation. Sur notre recrutement, nous allons prioriser les jeunes du club puis après élargir. Tous les postes de la D2 sont doublés par mes joueuses. C'est un modèle idéal, selon moi. Elles sont vraiment impliquées dans le projet et dans la performance. En ce qui concerne les joueuses qui complètent l'effectif de la N1, ce sont des filles qui sont au club depuis longtemps et qui sont passées par les équipes jeunes et qui, de fait, connaissent parfaitement la philosophie du club.

« JE PRENDS CONFIANCE DANS CE QUE JE FAIS »

As-tu toujours eu envie de transmettre ton savoir à d'autres personnes ?

Oui, je suis vraiment passionné par cette idée de transmettre, même si l'école, ce n'était pas vraiment mon truc. Dès ma majorité, j'ai travaillé à temps plein pour l'ES Redon. C'est grâce à eux que j'ai pu passer mes diplômes d'entraîneur et arriver où je suis aujourd'hui. Ils m'ont fait confiance et j'ai adoré cette étape. J'ai touché à tout : organisation des matchs, des plannings. Je sais que j'ai eu la chance qu'ils me recrutent alors que je n'avais pas de diplôme. Ils m'ont lancé et en retour, je n'ai pas compté mes heures. Aujourd'hui, grâce à Olivier, qui m'a toujours aidé et amené à progresser, j'ai passé un cap et je prends confiance dans ce que je fais.

Quels sont les objectifs de cette saison ?

Il faut continuer de construire et de pérenniser cet accompagnement performant qui permet à chaque joueuse de développer son potentiel. Le but, c'est que les filles en fin de contrat cette année puissent postuler sur la D2 l'année prochaine. Il faut continuer d'avancer ensemble, faire que le centre de Formation reste en N1 et l'équipe Elite en D2. Plus on aura des filles à jouer en D2, plus cela voudra dire que notre modèle fonctionne. Nous devons nous appuyer dessus pour nous développer à long terme, comme cela a toujours été fait ici. L'objectif est double sur le plan personnel, car il faut que j'arrive à orchestrer le Centre de Formation comme il se doit mais aussi que les résultats suivent. ■

Est-ce l'envie d'entraîner qui t'a amené à Saint-Grégoire ?

Tout s'est fait en août 2013. Le SGRMH était à la recherche d'un entraîneur. Je me suis alors proposé puis ai été pris pour m'occuper de la N3 et des équipes jeunes. Assez rapidement, on m'a demandé d'utiliser la vidéo. J'ai eu la chance d'apprendre avec l'analyste vidéo alors en place en équipe de France. J'ai commencé à me débrouiller pour séquencer les matchs, afin qu'Olivier puisse s'en servir. Ensuite, nous sommes montés en N2 en 2018, puis l'année suivante en N1. Les montées ont été rapides. A l'époque, c'était Pierre Dubois qui

RECUEILLI PAR MARIE MARTEL

AWELYS



CETTE ANNÉE, OFFREZ DE LA

DÉTENTE !

WWW.AWELYS-SPA.COM

Pigeault Immobilier



93

rue d'Antrain

T1 > T4

en duplex

42

logements

8

jardins privés

6

étages



Résidence de standing à proximité du centre-ville

Pigeault Immobilier

▶ N° VERT 0 800 250 250

APPEL NON SURTAXÉ

ANTOINE LEBERRE : « L'OBJECTIF EST CLAIR : IL FAUT BATTRE TOUT LE MONDE ! »

IL EST HABILLÉ DE « NOIR ET VERT » LE WEEKEND, PORTE LA MARINIÈRE EN SEMAINE ET N'A QU'UNE OBSESSION : FAIRE VIBRER LES SUPPORTERS. LUI, C'EST ANTOINE LEBERRE, ARRIÈRE DROIT DU CPB HANDBALL ET CHARGÉ DE LA COMMUNICATION DEPUIS LE DÉBUT DE LA SAISON AU SEIN DU CRMHB. UNE VIE 100 % HANDBALL ET UNE DUPLICITÉ QU'IL ASSUME ET QU'IL ADORE !

Cette année tu portes deux maillots, ceux du CPB Hand et du Cesson RMHB. Comment se passe ce début de saison entre les terrains et les bureaux ?

C'est vrai, je suis dans les deux clubs ! J'ai intégré le CRMHB pour mes études. Je suis actuellement en Master 2 Communication et Marketing du Sport, j'étais à la recherche d'une alternance et j'ai donc postulé à Cesson où ma candidature a été acceptée. J'ai pu présenter mon projet et il a bien plu aux dirigeants. Je sais que j'ai la chance d'être dans un club professionnel, je peux me créer un vrai bagage solide pour l'année

prochaine quand je serai sur le marché de l'emploi. Au quotidien, le travail se passe bien, que ce soit les joueurs ou le staff, tout le monde joue le jeu ! Côté terrain, la préparation a été vraiment compliquée pour moi. Habituellement, il y a deux entraînements par jour et moi je ne pouvais en faire qu'un seul. J'ai raté en partie le travail physique et je le paie encore aujourd'hui.

Comment t'es-tu organisé entre Cesson et le CPB pour pouvoir jouer, notamment les soirs où les deux équipes jouent ?

Le rythme a été très dur cet été car il

y avait beaucoup de travail de préparation à Cesson, et les entraînements à Géniaux juste après. Il fallait être sur tous les fronts et il y a eu beaucoup de fatigue. Les choses ont été claires dès l'entretien avec Cesson pour pouvoir jouer aussi avec le CPB. Par exemple pour les matchs à domicile, si je peux être remplacé à Cesson, je peux aller jouer avec le CPB. Ce qui est pour moi une question d'anticipation. Je travaille beaucoup en amont et je mets souvent les choses en place si cela est possible. J'arrive à beaucoup échanger avec l'équipe pour connaître les impacts de mon absence.

Du coup, si on revient sur le terrain, comment te sens-tu en ce début de saison ?

J'ai vraiment connu une préparation hachée, notamment avec quelques pépins physiques au niveau de mes épaules. J'ai subi des opérations sur chaque bras, alors je dois faire un travail de prévention et cette année il a été plus court. Comme j'ai eu beaucoup de fatigue accumulée, à la mi-septembre, je ne me sentais pas totalement en forme sur le terrain. Personnellement je n'étais pas satisfait de moi, je ne me sentais pas trop en confiance.

« QUAND LE PUBLIC NOUS POUSSE, NOUS SOMMES PRESQUE INTOUCHABLES CHEZ NOUS ! »

Tu as pu trouver du soutien auprès de tes coéquipiers et de ton coach ?

Les gars me connaissent et ils savent que je ne suis pas à 100 %. Quand je suis à fond, je peux faire beaucoup mieux. Je suis très exigeant envers moi-même, il faut que je me libère sur le terrain. Je sais que je peux faire beaucoup plus. J'ai pu avoir quelques discussions avec Pierre Le Meur, notre coach. Lui aussi se rend compte de mon niveau. Il m'explique les choses de façon toujours constructive et pédagogique, pour que nous puissions avancer ensemble.

Y'a-t-il un peu de frustration sur cette première partie de saison ?

Oui, on peut le dire, il y a de la frustration : j'ai loupé le premier match à Géniaux et face à Granville, je n'étais pas dans le groupe parce que je n'étais pas prêt. J'ai quand même du temps de jeu, mais en sortant du match, j'ai envie de recommencer et de montrer vraiment ce que je peux faire. Je sais que ça va se débrider, j'attends juste le dédicé.

Le retour du public à Géniaux a dû faire du bien à tout le groupe...

C'est vrai qu'après un arrêt aussi long, on se pose beaucoup de questions. Le lien social tant présent au CPB nous a manqué. A Géniaux, il y a vraiment une ambiance de folie. Quand

CALENDRIER DU CPB HAND NATIONALE UNE

J01 - CPB - BILLÈRE 2	31-20
J02 - GRANVILLE - CPB	32-29
J03 - CPB - SAINT-CYR	28-20
J04 - HBC NANTES - CPB	32-32
J05 - CPB - REZÉ	36-25
J06 - CESSON B - CPB	24-24
J07 - CPB - Mainvilliers	13/11
J08 - Pazauges - CPB	20/11
J09 - CPB - Lanester	27/11
J10 - Gien - CPB	04/12
J11 - CPB - Bordeaux-Floirac	11/12
J12 - Billère - CPB	05/02
J13 - CPB - Granville	12/02
J14 - Saint-Cyr - CPB	20/02
J15 - CPB - Nantes	12/03
J16 - Rezé - CPB	26/03
J17 - CPB - Cesson	02/04
J18 - Mainvilliers - CPB	09/04
J19 - CPB - Pouzauges	23/04
J20 - Lanester - CPB	30/04
J21 - CPB - Gien	14/05
J22 - Bordeaux-Floirac - CPB	21/05

CLASSEMENT NATIONALE 1

1	Lanester	16	6
2	CPB	14	6
3	ASB Rezé	14	6
4	Gien Loiret	13	6
5	Granville	13	6
6	Billère	12	6
7	HBC Nantes	12	6
8	Cesson RMHB	12	6
9	Chartres	11	6
10	Saint-Cyr	10	6
11	Pouzauges	10	6
12	Union Bordeaux	6	6



**Billards, Baby-foot, Fléchettes,
Réparations & Rénovations**
1c rue Jean Lemaistre, Rennes
02 99 54 39 96
www.francepoolshop.com

**Remise de 5%* sur présentation de ce bon
sur tous articles en magasin
(*sauf sur baby-foot et articles hors promotions)**

le public nous pousse on est presque intouchables chez nous, il y a une vraie communion entre les joueurs et nos supporters. Ça nous libère vraiment.

Une grosse année se présente à toi. Quels sont tes objectifs ?

Du côté du travail, j'ai surtout envie de m'épanouir au sein du CRMHB mais aussi à l'école. J'ai toujours mis mes études au centre de mes préoccupations, même quand j'étais joueur au Pôle ou au Centre de Formation du CRMHB. L'année prochaine, je serai sur le marché du travail alors pourquoi ne pas rester ici pour continuer de développer la communication du club ? Sur le terrain, il va falloir que je trouve du plaisir mais aussi que je sois performant pour mon équipe. J'ai envie que nous fassions une belle année et que nous participions au développement de l'équipe et du CPB Handball.

Au sein d'une équipe qui n'est désormais plus en N1 Elite...

Oui. Quand la nouvelle est tombée cet été, nous avons eu un peu peur de perdre des joueurs qui avaient rejoint l'équipe pour jouer en N1 Elite. Mais au final, nous nous sommes vite remis au travail pour être les plus forts dans cette poule-là. L'objectif est clair, il faut battre tout le monde !



Aujourd'hui tu es à 100 % dans ton double projet mais si un jour un club pro vient te chercher quelle sera ta réaction ?

Je fais du handball depuis que j'ai 4 ans. Mes deux petits frères font du handball, mon grand frère et ma grande sœur ont fait et font du

hand... J'ai passé une bonne partie de ma vie dans les salles. C'est toujours un rêve aujourd'hui. Aujourd'hui, on joue à un super niveau au CPB et je trouve un peu de stabilité professionnelle au CRMHB, alors il faudrait que tous les critères soient vraiment réunis. Cette idée reste dans

un coin de ma tête, si j'ai l'opportunité de tenter ma chance, j'y réfléchirai mais pas n'importe où, n'importe comment. Je ne veux pas avoir de regrets à 40 ou 50 ans mais je sais aussi tout ce que j'ai de bon ici. ■

RECUEILLI PAR MARIE MARTEL

HYPER U

Combourg - Châteaugiron

SUPER U

Plélan-le-Grand - Rennes Saint-Jacques - Tinténiac

Utile

La Chapelle des Fougeretz

Commerçant autrement et partenaire du sport local

BAPTISTE LE JALLÉ, L'ASSURANCE TOUS-RISQUES 100 % GRANIT DU REC !

S'IL N'Y AVAIT QUE LE RUGBY DANS SON QUOTIDIEN, IL NE SERAIT PAS PLEINEMENT ÉPANOUÏ. ARRIVÉ AU REC RUGBY À L'ÉTÉ 2018, BAPTISTE LE JALLÉ A TROUVÉ SON ÉQUILIBRE DANS LA CAPITALE BRETONNE, POUR LE PLUS GRAND BONHEUR DU XV RENNAIS QUI PEUT S'APPUYER SUR UN PILIER GAUCHE AUSSI PUISSANT ET RÉGULIER SUR LE TERRAIN QUE POSÉ EN DEHORS.

«
Finalement, de Rennes à Muzillac, il y a une heure et demie et comme la famille de ma copine est à Dinard, nous sommes à mi-chemin, c'est un bon compromis. » Aussi attaché à ses terres qu'à ses proches, Baptiste Le Jallé, 28 ans, n'est pas du genre à oublier d'où il vient, ni à ne pas savoir où il va.

Aussi investi dans son rôle capital au Rec Rugby sur le terrain qu'en dehors du rectangle vert où il exerce le métier d'ingénieur dans le numérique, le Morbihannais passe d'une partition à l'autre sans fausse note : « Si je n'avais que le rugby dans ma vie, sincèrement, je m'ennuierais. J'ai besoin de stimulation intellectuelle, d'interaction avec d'autres milieux pour être pleinement bien dans mes baskets. Penser rugby, manger rugby, dormir

rugby, je respecte beaucoup mais ce n'est pas pour moi. Pour autant, une fois sur le terrain, je suis toujours à 200 % ! » Au sein du club rennais, le voici aujourd'hui dans un cadre propice à donner sa plénitude, après un parcours hors des clous.

DE MUZILLAC À RENNES,
EN PASSANT PAR VANNES
ET NANTES

Avant de venir à l'Ovalie, le Muzillacois s'est essayé au ballon rond, comme la grande majorité des ados de son âge : « Le souci avec le foot, c'est que je n'étais pas très bon, il faut bien le dire. D'ailleurs, je n'avais pas vraiment de poste, c'est un peu révélateur, non ? (rires) A 12 ans, j'ai alors tenté le rugby, que je n'avais vu jusque-là qu'à la télé et ça a bien accroché. Dans ma ville, à Muzillac, un club se formait et la dynamique autour de lui en a entraîné pas mal, dont moi. J'ai aussi fait du karaté, de la natation mais le rugby m'a très vite convaincu. Et mon docteur également, qui à chaque signature de licence, me demandait pourquoi je ne me mettais pas au rugby avec mon gabarit ! » Celui-ci aura finalement eu gain de cause et Baptiste prend place en troisième ligne dans les équipes de son club. Ses performances sont très intéressantes et ne passent pas inaperçues. De sélections départementales jusqu'en régionales, il se fait remarquer, notamment par Yann Moison, nous le verrons plus tard, et intègre le club voisin, un certain RC Vannes, à l'époque encore en Fédérale Une mais en pleine émergence. Un autre monde rugbystique s'ouvre alors : « J'ai intégré les jeunes du RCV en Cadets deuxième année. Je me débrouillais pas trop mal avant mais j'ai découvert et intégré, au fil des années, le goût de l'exigence, du travail et surtout, de l'effort aux entraînements. A Vannes, mes différents entraîneurs m'ont beaucoup apporté, des éducateurs en jeunes à Jean-Noël Spitzer par la suite. Je n'étais pas au centre de formation, j'allais au lycée la journée et je m'entraînais le soir. J'avais besoin de cet équilibre pour pouvoir m'investir sur le terrain à 100 %. Ce furent des années intenses et très enrichissantes. »

Très vite, le « jeunot » arrive chez les Seniors, en équipe réserve à l'équipe, nommée Nationale B. L'apprentissage s'accélère alors, les jeunes comme Baptiste se frottant, notamment dans les premières lignes, à de vieux briscards expérimentés et souvent sans scrupule ni formules de po-

litesse : « C'est une école parfaite ! On apprend vite à ce niveau, il n'y a pas de cadeau ! Se frotter aux joueurs expérimentés, il n'y a pas mieux pour s'affirmer et faire rentrer le métier ! » Six années passent et le joueur comme l'homme se construisent dans la cité vannetaise. Il y a bien quelques feuilles de match lors de l'année en ProD2, mais le temps de jouer plus a sonné. Le Stade Nantais est alors présenté dans un schéma simple : un prêt d'un an pour s'aguerrir en Fédérale Une, gagner en temps de jeu, progresser avant de revenir au bercail. Problème, tout ne se passe pas comme prévu et une blessure au scaphoïde à l'entrée de l'hiver prive le néo-Eléphant de la seconde partie de saison. A son retour à Vannes, il n'y a « plus aucune place » disponible aux avant-postes et le départ s'impose : retour à Nantes pour un contrat d'un an. Alors dans le groupe, Baptiste joue mais ne s'impose pas comme titulaire indiscutable. Surtout, il dresse un constat : « J'avais terminé mes études d'ingénierie l'année précédente quand je suis parti à Nantes et j'ai compris, pendant ces deux années, que je ne pouvais pas faire que du rugby et ne rien faire entre deux entraînements ou match. De plus, j'étais tout seul à Nantes et sincèrement, le temps m'a paru très long par périodes. »

L'avenir passera donc par le double-projet et l'idée de rallier Rennes naît au détour d'un texto informel envoyé à Yann Moison, croisé quelques années plus tôt en sélection : « Je savais que Rennes construisait un beau projet et je me suis décidé à envoyer un message à Yann. La réponse a été quasi-immédiate et nous avons convenu de nous rencontrer. Comme le hasard fait bien les choses, j'ai au même moment, repéré une annonce de reconversion pour les ingénieurs généraux vers l'informatique, à Rennes. Les planètes semblaient s'aligner... Pour l'anecdote, j'ai d'ailleurs passé les deux entretiens, avec le REC et donc Sopra Steria, où je suis encore aujourd'hui, le même jour. »

« MÊME SANS
POUVOIR AUTANT
S'ENTRAÎNER QUE
LES PROS À 100 %,
IL PARVIENT À ÊTRE
PERFORMANT
ET RÉGULIER »

Promu en Fédérale Une, le REC a besoin d'expérience tout en donnant sa chance à un élément n'ayant pas encore pu s'imposer dans la durée. Ce



**TRANSFORMEZ
L'ESSAI AVEC
CENTURY 21.
REINE IMMOBILIER**

TRANSACTION · GESTION · ENTREPRISE · COMMERCE

27, boulevard René Loënnec - 35 000 RENNES - Tél. 02 23 50 00 00 - reine.immobiler@century21.fr
www.century21-reine-rennes.com
du lundi au vendredi de 9 h à 19 h et le samedi de 9 h à 17 h

« J'AI BESOIN DE STIMULATION INTELLECTUELLE, D'INTERACTION AVEC D'AUTRES MILIEUX POUR ÊTRE PLEINEMENT BIEN DANS MES BASKETS. PENSER RUGBY, MANGER RUGBY, DORMIR RUGBY, JE RESPECTE BEAUCOUP MAIS CE N'EST PAS POUR MOI. POUR AUTANT, UNE FOIS SUR LE TERRAIN, JE SUIS TOUJOURS À 200 % ! »



sera le cas pour Baptiste Le Jallé, qui devient rapidement un élément clé du XV récite. Sa puissance, son dévouement mais aussi sa lecture du jeu, héritée des années passées en troisième ligne, persuadent rapidement les coaches d'accorder leur pleine confiance à ce beau bébé d'un mètre 85 pour 107 kg. A son sujet, Kévin Courties ne tarit pas d'éloges : « Baptiste, hors terrain, c'est un taiseux, un gars qui écoute et comprend

très vite. Sur le terrain, c'est du granit, il est solide, quoi qu'il arrive. Même sans pouvoir autant s'entraîner que les pros à 100 %, il parvient à être performant et régulier. C'est un joueur de devoir, une assurance tous-risques pour l'équipe. Son profil de très gros défenseur et de très bon soutien offensif en fait une clé de notre jeu. Il a une bonne formation de base, est très intelligent et n'a pas besoin de 10.000 explications pour comprendre

une tactique. C'est un soldat sur lequel nous pouvons nous appuyer aujourd'hui, et bien sûr demain. En revanche, c'est loin d'être le meilleur joueur de tarot de notre groupe... » (rire) Après une première année superbement réussie, avec une place en play-offs bien que promu et une victoire inoubliable sur la pelouse du Stade Nantais, la seconde saison rennaise fut plus compliquée puis coupée net par le Covid.

La troisième, elle, se résuma à quatre petits matchs. Repartis enfin pour de bon en septembre dernier, avec un groupe où l'ancien Vannetais fait figure d'ancien, les Rennais sont dans le vrai avec un début de saison comptablement canon.

Pour autant, le pilier rennais ne s'enflamme pas : « C'est certain qu'avoir autant gagné d'entrée, c'est parfait au classement mais nous sentons que nous ne sommes pas encore à 100 %, qu'il y a encore du travail. C'est à la fois une source de frustration mais aussi de motivation pour travailler encore plus car ce groupe a de grosses qualités ! »

Le goût du travail, un leadership tranquille, discret, se traduisant plus dans les actes que par les mots et un épanouissement professionnel total à Rennes, où les projets se dessinent et l'ambition reste intacte et mesurée. Désormais Rennais et « habitué du devoir de défendre les couleurs de la ville mais aussi de la région à chaque match, ce supplément d'âme donnant l'envie d'aller au contact et d'être à 100 % en permanence », Baptiste Le Jallé ne se fixe pas de limites et espère continuer à grandir en même temps que son club de cœur. Histoire de savourer aussi les vacances sur la côte, à Muzillac comme à Dinard, et d'en profiter pour s'améliorer au tarot. ■

JULIEN BOUGUERRA

LA RADIO DE LA RÉGION

RCA
LA RADIO

ILLE-ET-VILAINE
87.7

rcalaradio.com f t i in

VOS RENDEZ - DU MOIS DE

FOOTBALL

STADE RENNAIS FC



Roazhon Park
111, Rue de Lorient
35000 Rennes
Site officiel : www.staderennais.com

- Ligue 1**
J13 - Rennes - Lyon
dim. 7/11 à 20h45 (Amazon Prime)
J14 - Rennes - Montpellier
samedi 20/11 à 21h (Canal+ décalé)
J15 - Lorient - Rennes
le week-end du 27-28/11 (à fixer)
J16 - Stade Rennais - Lille
le week-end du 1-2/12 (à fixer)
Europa League Conférence
J05 - Rennes - Vitesse Arnhem
jeudi 25/11 à 18h45
(RMC Story ou RMC Sport)

La Ricoquais
Complexe sportif de la Ricoquais,
35763 Saint Grégoire
www.rennesmetropolehandball.fr
Division 2
J08 : SGRMH - Rochechouart
samedi 6/11 à 20h30
J09 : Clermont Auvergne - SGRMH
samedi 20/11 à 20 h

CPB HANDBALL



Salle Charles Geniaux
30 Rue Charles Géniaux
35000 Rennes
Site : <http://www.cpbhand.com/>
Nationale 1
J07 : CPB Hand - Chartres Métropole
samedi 13/11 à 20 h 45
J08 : Pouzauges Vendée - CPB Hand
dimanche 21 novembre à 16h
J09 : CPB Hand - Lanester
dimanche 28 novembre à 16h
J10 : Handball Club Gien - CPB Hand
samedi 4 décembre à 20h30

HANDBALL

CESSON RENNES METROPOLE HANDBALL



Glaz Arena
Chemin du Bois de la Justice
35510 Cesson-Sévigné
Site : www.cesson-handball.com
Liqui Moly Starligue
J09 : Cesson - Toulouse
vend. 12/11 (20h sur BeIN SPORTS)
J10 : Aix en Provence - Cesson
jeudi 18/11 (20h sur BeIN SPORTS)
J11 : Cesson - Chartres
jeudi 25/11 (20h30 sur LNH TV)
J12 : Chambéry - Cesson
jeudi 2/12 (20h15 sur LNH TV)

SAINT GRÉGOIRE RENNES METROPOLE HANDBALL



BASKET

UNION RENNES BASKET 35



Salle Colette Besson
12 Boulevard Albert 1er
35200 Rennes
www.planete-urb.com
Nationale 1 - Masculin
J10 : URB - Les Sables Vendée Basket
vendredi 5 novembre à 20h
J11 : Cergy Pontoise - URB
mardi 9 novembre à 20 h
J12 : URB - Union Tarbes Lourdes
vendredi 12 novembre à 20h
J13 : Dax - URB
vendredi 19 novembre à 20 h
J14 : URB - Stade Rochelais
vendredi 3 décembre à 20 h

AVENIR RENNES

Salle Colette Besson
12 Boulevard Albert 1er
35200 Rennes
www.avenir-rennes-basket.com

Cesson-Rennes Métropole Handball

LIQUI MOLY StarLigue

LES IRREDUCTIBLES REÇOIVENT CHARTRES




JEUDI 25 NOVEMBRE | 20H30
GLAZ ARENA

J9 www.cesson-handball.com

SAINT-GRÉGOIRE RMH D2F



#AllezLesRoses!

SAM. 06 NOV. 20H30
SALLE DE LA RICOQUAIS - ST GRÉGOIRE

BILLETTERIE EN LIGNE

SAINT-GRÉGOIRE RMH ROCHECHOUART ST JUNIEN (87)

rennesmetropolehandball.fr

Logo of Région Bretagne, Département d'Ille & Vilaine, Rennes Métropole, Saint-Grégoire, SODICO, CRAFT, KVA, RADIO 100.5, VIVALTO SPORT, DAUNAT.

VOUS SPORTIFS NOVEMBRE



Nationale 2 – Féminine

J7 : Landerneau - Avenir Rennes
samedi 6 novembre à 16h45
J8 : Avenir Rennes - CES Tours
samedi 13 novembre à 20 h
J9 : Avenir Rennes - Angers
samedi 20 novembre à 20 h

STADE RENNAIS RUGBY



Stade du commandant
Bougouin- Vélodrome
Siège : Rue du Professeur
Maurice Audin, 35000 Rennes
Elite

Retour à la compétition le 5/12

RUGBY

REC RUGBY



Stade du commandant
Bougouin- Vélodrome.
Siège : Rue du Pr Maurice Audin
35000 Rennes
www.rennes-rugby.com

Fédérale 1

J8 : REC - Saint Denis
dimanche 7 novembre à 15h30
J9 : Rugby Club de Drancy - REC
samedi 13 novembre à 19h
J10 : REC - USA Limoges
dimanche 21 novembre à 15h30

SC LE RHEU



Stade Beuffru - 35650 Le Rheu
Siège : Rue de Cintré - 35650 Le Rheu
Internet : www.lerheu-rugby.fr

Fédérale 2

J7 : Le Rheu - Amicale Sarcelles
dimanche 7 novembre à 15h
J8 : CMS Gennevillois - Le Rheu
dimanche 14 novembre à 15h
J9 : Le Rheu - Stade Poitevin Rugby
dimanche 21 novembre à 15h

VOLLEY

REC VOLLEY MASCULIN



Salle Colette Besson
12 Boulevard Albert 1er
35200 Rennes

Ligue B Masculine

J 5 : REC Volley - Avignon
samedi 6 novembre à 20h
J 6 : Saint Nazaire - Rec Volley
samedi 13 novembre à 20h
J 7 : REC Volley - Ajaccio
samedi 20 novembre à 20h
J 8 : Grand Nancy - REC Volley
vendredi 26 novembre à 19h

REC VOLLEY FÉMININ



Salle Colette Besson
12 Boulevard Albert 1er
35200 Rennes

Elite féminine poule A

J5 : Vitrolles - REC Volley
samedi 6 novembre à 20h
J6 : Nîmes Volley Ball - Rec Volley
samedi 20 novembre à 18h
J7 : REC Volley - Bordeaux Mérignac
samedi 27 novembre à 16h

RETROUVEZ LES CALENDRIERS
ET CLASSEMENTS DE VOS ÉQUIPES SUR
WWW.RENNESPORT.FR



WANTED

BÉNÉVOLE COMMUNIQUANT

Tu adores écrire, filmer, t'éclater avec la suite Adobe ou faire d'autres trucs super stylés ?

Tu regardes notre communication et tu te dis :
"Franchement je ferais mieux qu'eux... C'est pas ouf !"

Et bien nous t'accueillons à bras ouverts dans notre team communication !
Seul pré requis : humour et bienveillance !
On a hâte de te rencontrer et d'apprendre les uns des autres !

**CONTACTE-NOUS
SUR TON RÉSEAU FAVORI !**

www.planete-urb.com

**#REJOINS
NOTRE
TRIBU**

STADE VÉLODROME
COMMANDANT BOUGOUIN
10, RUE ALPHONSE GUERIN
35000 RENNES

RENNES
VS
SAINT-DENIS

DIMANCHE*
7 NOV / 15H30

MATCH ESPOIRS A 13H30

RENNES
VS
LIMOGES

DIMANCHE
21 NOV / 15H30

MATCH ESPOIRS A 13H30

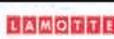
SAISON 2021/2022

REC RUGBY
RENNES
WWW.RENNES-RUGBY.BZH

**RETRANSMISSION
TVR
TéléOcéan
EN DIRECT SUR**

88€ PLEIN TARIF / 56€ TARIF RÉDUIT
CARTE ABONNEMENT DISPONIBLE

KÉVIN COURTIES : « L'IMPORTANT N'EST PAS D'ÊTRE LES MEILLEURS AUJOURD'HUI MAIS DEMAIN ! »

AVEC SIX VICTOIRES EN SEPT MATCHS, LE REC RUGBY RÉUSSIT UN DÉBUT DE CHAMPIONNAT TONITRUANT À LA LECTURE DU CLASSEMENT (2E). POURTANT, TOUT N'EST PAS PARFAIT, LOIN S'EN FAUT, AUX YEUX DES JOUEURS ET DU STAFF RENNAIS. S'IL EST DANS LES TEMPS D'UN POINT DE VUE COMPATIBLE, LE REC A ENCORE DU CHEMIN POUR ACCOMPLIR SON DESSEIN : JOUER LA FINALE DES PHASES FINALES POUR ACCÉDER À LA DIVISION NATIONALE.



Il ne seront probablement pas nombreux à repartir de Floirac ou Beauvais avec les quatre points, encore moins avec une bonification. D'autres auraient pu se prendre les pieds dans le tapis sur la pelouse des solides gaillards du Bassin d'Arcachon, en embuscade au classement et vainqueurs chez le leader Périgueux ou encore dans le borbier d'un dimanche après-midi pluvieux au vélodrome contre Marcq-en-Barœul. Ces écueils, le REC s'en est affranchi, non sans mal, dans un début de championnat qui a vu les Bretons affronter six des sept premiers actuels : « Hormis Niort, nous avons déjà joué tout le haut de tableau. A la sortie, bien que tout ne soit évidemment pas parfait, c'est plutôt très encourageant et positif », souligne Kévin Courties à juste titre.

Après son revers initial contre Périgueux, marqueur de ce qui allait attendre le REC cette année, la formation des « Noir et Blanc » a su se réinventer, penser différemment son rugby. Elle a aussi compris qu'elle serait aussi crainte que respectée, et souvent contrainte à buter face à des blocs refusant le jeu : « Lors de la pre-

mière journée, Périgueux a choisi de ne pas jouer et s'est imposé. Sont-ils meilleurs que nous ? Nous le verrons au retour mais cela a permis d'apprendre. Je prends le fait que nous soyons craints et attendus cette saison comme une belle marque de reconnaissance du boulot des garçons, de respect par rapport au club. Mais il faut aussi que nous intégrions cela au quotidien. Cela passera par notre capacité, au fil des matchs, à imposer notre jeu, notre rythme. Nous travaillons encore là-dessus. »

Si l'on excepte le carton face à Langon (50-0) où les Récistes s'en sont donné à cœur joie, rien ne fut simple ensuite, avec des dénouements toujours favorables mais mérités. Un essai en fin de match à Beauvais, un combat dans la boue contre Marcq, une victoire aux forcés à Floirac puis un match gagné avec trois espoirs alignés d'entrée contre Chartres, dans la difficulté également.

Voilà qui illustre ce REC 2021-2022, solidaire et vaillant, sachant saisir les opportunités et ne laissant que peu de place à l'erreur pour ses adversaires. Dans la douleur, on apprend sans doute encore plus et à ce petit jeu, le REC a mis à profit son bloc d'octobre parfait sur le plan des résultats pour travailler efficacement sa

défense : « A Arcachon, contre une équipe désireuse de jouer, nous n'avons concédé que des pénalités. Cela est un signe fort du travail accompli qu'il faut pérenniser avant de se tourner désormais sur l'attaque », détaille le manager récite. « Aujourd'hui, on cherche à nous faire déjouer avec de gros blocs défensifs. Nous travaillons là-dessus. Je pense que nous serons totalement au point dans notre projet et la maîtrise de celui-ci en février. Ce qui compte, ce n'est pas d'être les meilleurs aujourd'hui mais demain.

Nous sommes encore loin de notre niveau maximum et cela offre une motivation de plus à un groupe qui ne lâche rien. On réussit à faire souffler nos joueurs et c'est une force. » Sur son effectif, Kévin Courties ne peut que se féliciter de compter aujourd'hui une bonne trentaine de joueurs aguerris et performants en Fédérale Une, division où le club entame sa quatrième saison : « A ce jour, il y a toujours quatre ou cinq postes dans l'équipe où nous nous prenons la tête, devons faire des choix et c'est un très bon problème ! Gérer la frustration de garçons qui ont le niveau pour jouer reste un pan du métier qui prouve la qualité de l'ensemble. » Ajoutez-y l'émergence de jeunes joueurs sans complexe,

AU POINT EN FÉVRIER PROCHAIN

issus de l'équipe espoir qui performe d'emblée sans se poser de question, à l'image du déjà décisif Gaël Dréan et vous tenez-là bien plus que des prémices d'une belle saison à vivre : « Attention, la vérité de la saison se jouera au printemps. Même si l'on arrive premiers en phase de play-offs, nous pouvons en sortir dès la première opposition. Il faudra être au point tactiquement et physiquement à ce moment-là puis efficace mentalement et techniquement pour aller au bout et monter. Inutile de bomber le torse aujourd'hui ou de se croire arrivés, la route est encore très longue et le championnat sera animé de nombreuses surprises chaque semaine. » Avec l'arrivée des matchs en soirée, du froid et parfois de la boue, les combats plus âpres les uns que les autres attendent le REC dans les semaines à venir. Bien qu'armé pour réussir, le XV récite sait mieux que quiconque que la route pour la Nationale est encore longue... ■

JULIEN BOUGUERRA

CALENDRIER DU RENNES ETUDIANTS CLUB RUGBY FÉDÉRALE UNE

J01 - REC - Périgueux	20-34
J02 - REC - Langon	50-00
J03 - Beauvais - REC	26-27
J04 - REC - Marcq	18-15
J05 - Floirac - REC	22-29
J06 - REC - Chartres	25-17
J07 - Arcachon - REC	12-16
J08 - REC - Saint-Denis	07/11
J09 - Drancy - REC	14/11
J10 - REC - Limoges	21/11
J11 - Niort - REC	05/12
J12 - Périgueux - REC	12/12
J13 - Langon - REC	09/01
J14 - REC - Beauvais	16/01
J15 - Marcq - REC	23/01
J16 - REC - Floirac	30/01
J17 - Chartres - REC	20/02
J18 - REC - Arcachon	27/02
J19 - Saint-Denis - REC	13/03
J20 - REC - Drancy	27/03
J21 - Limoges - REC	03/04
J22 - REC - Niort	10/04



Bénéficiez d'un interlocuteur unique pour la réalisation de vos projets de rénovation, d'extension, et d'aménagement



Ecouter



Proposer



Mettre en oeuvre



Garantir

Activ
TRAVAUX Premium
rénovation clé en main

David MONCHATRE
06 28 05 41 67

rennes-dm.activ-travaux.com



APRÈS LE SUCCÈS DE SA PREMIÈRE ÉDITION EN 2019, LA MFR DE JANZÉ A RENOUVELÉ L'EXPÉRIENCE DES RENCONTRES AVEC LE RUGBY LE 12 OCTOBRE, EN PRÉSENCE DE MELISSA BETTONI DU STADE RENNAIS RUGBY ET D'YVAN LEROYER, DU REC RUGBY. ENCORE UN FRANC SUCCÈS !

PAR XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX



MFR DE JANZÉ SUCCÈS POUR LA 2^E ÉDITION DU TOURNOI DE RUGBY

Transmettre et partager des valeurs communes comme le dépassement de soi, l'esprit d'équipe, le respect ou la mixité mais aussi faire découvrir la pratique du rugby : voici parmi les objectifs essentiels portés par la MFR de Janzé au travers de la deuxième édition de son tournoi de rugby, une nouvelle fois couronnée d'un beau succès. Côté rugby, le projet est porté par Augustin Gras, conseiller technique au comité départemental rugby Bretagne et Philippe Lansade, cadre technique à la Ligue de Bretagne de rugby. Le duo rend visite quatre fois par an aux jeunes Janzéens : « Je tiens à souligner que notre implication est à l'origine du projet et que sans eux nous ne pourrions développer cette activité », souligne Laugan Archenoul, organisateur côté MFR de l'événement.

L'HYMNE ITALIEN EN CHORALE !

La première intervention au programme est un face-à-face où Philippe et Augustin expliquent leurs parcours professionnels et tout ce qu'ils leur ont offert de situations à gérer : les avantages et inconvénients d'être entraîneur, la gestion d'une carrière de joueur mais surtout, la plus-value et l'importance du rythme de l'alternance (théorie / pratique) qui a pu leur faire défaut dans leurs parcours respectifs, notamment sur la partie pratique dont jouissent à contrario aujourd'hui les élèves.



Pour cette deuxième édition, la MFR a également pu s'appuyer sur la présence d'Yves By, président du Comité départemental d'Ille-et-Vilaine. Celui-ci était accompagné de la joueuse professionnelle et internationale italienne du Stade Rennais Rugby, Mélissa Bettoni, de passage après sa première venue lors de la précédente édition, ainsi que d'Yvan Leroyer, ouvreur du REC, de retour en Bretagne l'été dernier : « C'est toujours un plaisir d'avoir des intervenants de cette qualité humaine et rugbystique pour transmettre les valeurs. D'un point de

vue personnel, ce sont des rencontres et un partage humain important où je prends énormément de plaisir », précise l'ancien joueur du SC Le Rheu. A côté du tournoi côté gazon, un stand d'activités a été mis en place où les jeunes pouvaient notamment se faire interviewer en attendant de jouer. Parmi les moments forts, le moment « The Voice » où Mélissa Bettoni tente d'apprendre à chanter l'hymne italien, *Fratelli d'Italia*, aux jeunes ravis de jouer le jeu ! Coté MFR, Laugan Archenoul, a pu compter sur tout le soutien de

l'équipe éducative pour réaliser le projet, ceux-ci n'hésitant à pas à chausser les crampons pour encadrer les jeunes rugby(wo)men en herbe. Dans la bonne humeur, tout ce petit monde a ainsi pu mesurer l'engouement des jeunes et de la popularité grandissante du rugby français aussi bien au niveau des femmes que des hommes.

Les MFR et la FFR ont profité de l'occasion pour se rapprocher et signer une Convention au niveau Bretagne. Celle-ci, à l'initiative de la MFR de Janzé, permettra à toutes les MFR de Bretagne de pouvoir compter sur un appui technique via les techniciens / conseillers de la Fédération ou du Comité mis à disposition. L'idée est de poursuivre sur cette dynamique et de proposer pour le 5 mai 2022 une rencontre autour de l'Ovalie entre les différentes MFR du département. D'un point de vue pédagogique, un travail est orchestré sur des semaines à thèmes.

En octobre, il y eut ainsi « Le Rugby en anglais », où les jeunes ont eu le loisir de visionner le mythique *Invictus* (film sur Nelson Mandela et la coupe du Monde 1995) avec ensuite, une réflexion et des débats sur l'impact du rugby sur l'apartheid.

A chaque session, un bilan à chaud avec les intervenants, en recherchant les axes de progrès, est au programme avec la finalité d'enrichir les jeunes Janzéens mais aussi de continuer à améliorer les actions menées par la Maison Familiale et Rurale. Une vraie belle expérience pour les jeunes de la 4^{ème}-3^{ème} orientation et membres de la filiale Bac Pro agricole et commerce et CAP Agricole. Prochain rendez-vous en 2022 avec les « Inter-MFR » ! ■

ANTOINE FORGET : « J'AIME MON RÔLE DE SOLDAT »

REVENU IL Y A TROIS ANS AU RHEU APRÈS AVOIR GOÛTÉ À LA FÉDÉRALE UNE AU REC RUGBY, LE DEUXIÈME LIGNE ANTOINE FORGET S'ÉCLATE CETTE SAISON AU SEIN D'UN GROUPE SOLIDAIRE ET S'ENTENDANT À MERVEILLE. L'AMBIANCE N'EXCLUANT PAS L'AMBICTION, LES RHEUSOIS VISERONT LE PLUS HAUT POSSIBLE, SANS SE PRENDRE LA TÊTE.

Avec tes 27 ans et ton expérience au Rheu, est-ce se tromper que de dire que tu fais partie des tauliers et leaders de l'équipe cette saison ?

Taulier ou leader, je ne sais pas, sincèrement. Moi, je veux surtout profiter et jouer au maximum, partager les efforts et le combat sur le terrain avec les copains. J'ai un peu de bouteille, c'est vrai, avec le passage au REC, mais je ne suis pas l'un des leaders

désignés en début de saison par le staff qui sont amenés à prendre la parole. Ça ne m'empêche pas de dire ce que j'ai à dire quand j'en ressens le besoin. Moi, j'aime mon rôle de soldat, me battre pour le collectif.

A ton poste de deuxième ligne, tu atteins une maturité de l'âge mais il te reste encore des points à améliorer ? Bien sûr, j'ai encore du boulot et plein de choses à apprendre. J'aime défendre fort, aller haut sur les touches mais je veux aussi gagner en efficacité au plaquage et dans mon jeu offensif, notamment au sol, où je dois apporter plus. Même si je suis plutôt content de mon début de saison, je sais que je peux faire mieux et je travaille pour, en m'investissant à fond à l'entraînement et en essayant de me caler trois séances par semaine de musculation.

« ALLER CHERCHER UNE CINQUIÈME OU SIXIÈME PLACE »

Avec quatre victoires et deux défaites, l'entame de championnat est plutôt positive !

Oui, c'est vrai et je trouve que nous revenons de loin ! En préparation, c'était compliqué, à l'image de notre



VOUS MANQUEZ D'ESPACE ?



**ZAC Cormiers Ouest
35650 - Le Rheu**

**ENTREPOSEZ CHEZ NOUS
COMME CHEZ VOUS !**

SELF-STOCKAGE
VOTRE-BOX

09.67.12.84.98

WWW.VOTRE-BOX.FR

LOCATION DE BOX INDIVIDUELS

premier match contre Saint-Malo. Je trouve, à la sortie de notre défaite à Nantes, qui au passage ne devrait pas rester longtemps à ce niveau, que nous avons beaucoup progressé dans notre collectif, notre envie de ne jamais lâcher et la cohésion d'ensemble qu'il y a de gros progrès. Même par rapport à notre défaite initiale face à Courbevoie, il n'y a plus grand-chose à voir et c'est plutôt positif pour la suite.

Comment envisages-tu ce championnat, où il n'y aura pas d'histoire de maintien puisqu'il n'y aura pas de descente. Que peut viser Le Rheu ?

Franchement, nous nous devons, dans ce contexte que tu évoques, d'être au maximum ambitieux. Derrière Nantes et Le Havre qui me semblent au-dessus, tout comme Genevilliers, armé pour le podium, je pense que nous pouvons nous défendre et pourquoi pas, aller chercher une cinquième ou sixième place. Ce serait une saison réussie, surtout quand on se souvient de notre dernière saison avant le Covid qui avait été très difficile... Là, nous avons clairement retrouvé un groupe, un collectif, une âme et du jeu.

Martin Lagarde, votre coach, a joué avec la plupart d'entre vous. Est-ce selon toi une force pour réussir ?

Ce n'est pas une garantie, d'une ma-

nière générale, mais dans le cas du Rheu et de Martin, franchement, tout se passe très bien. 75 % des gars présents ont joué avec lui, c'est un copain quand nous sommes en après-match ou dans la vie de tous les jours mais la semaine à l'entraînement et en match, c'est le coach. Quand il a quelque chose à dire, crois-moi, il le dit. Il est très compétent et respecté dans son rôle, sait totalement faire la part des choses et cela permet aussi de pouvoir, parfois, avancer encore plus vite quand c'est nécessaire. Sa jeunesse n'empêche nullement de le respecter, ni d'apprendre énormément avec lui.

Gardes-tu un œil sur les performances remarquables de tes anciens collègues du REC ?

Bien sûr, j'ai encore pas mal de copains là-bas et dès que nous pouvons aller les voir jouer, nous y allons. Eux aussi viennent ici, nous avons tous la passion du rugby. Côté résultat, voir Rennes performer ainsi et viser le niveau national ne peut-être que bon pour tout le rugby breton, au Rheu et ailleurs. Le REC est une locomotive qui permet à notre discipline d'avancer et on ne peut que se réjouir de leurs bonnes performances qui rejailiront d'une façon ou d'une autre sur les autres clubs de la région. ■

CÉLINE ALLAINMAT

« UNE PRÉPARATION PHYSIQUE NE FONCTIONNE QUE SI LES JOUEUSES S'IMPLIQUENT À 200% ! »

FORMATRICE AU BPJEPS DANS LE MORBIHAN ET COACH SPORTIVE À SON COMPTE SUR RENNES, CÉLINE ALLAINMAT, PRÉPARATRICE PHYSIQUE DU STADE RENNAIS RUGBY, A DES SEMAINES BIEN REMPLIES ! MALGRÉ SES DIFFÉRENTES ACTIVITÉS, L'ANCIENNE INTERNATIONALE FRANÇAISE NOUS A ÉVOQUÉ SON TRAVAIL AU SEIN DU SRR. ENTRETIEN PASSION.



CRÉDIT PHOTO CÉLINE ALLAINMAT

Comment jugez-vous justement l'évolution du rugby féminin ?

Dès la fin de ma carrière au Stade Rennais, je me disais : « Ah oui, ça tape plus fort là ! » Le niveau des joueuses à l'intérieur des équipes s'est homogénéisé. Le niveau est clairement monté parce qu'aujourd'hui, les joueuses commencent le rugby plus jeunes. Elles sont aussi plus vite tour-

nées vers la performance, elles explosent aussi physiquement plus tôt. La vitrine du rugby féminin est également plus visible, la fédération a fait des choses pour cela en termes de communication. Et puis il y a eu évidemment les Jeux Olympiques et cette médaille d'argent ! J'étais sur la première coupe du monde à 7 en 2009, nous avons un peu ouvert la voie et voir ce résultat là, ça fait plaisir ! Je suis très contente pour nos joueuses, Jade Ulutule et Caroline Drouin ! J'ai ressenti beaucoup d'admiration à leur retour médaille au cou.

RECUEILLI PAR MÉLANIE DUROT

Vous êtes une femme très occupée ! Comment arrivez-vous à gérer un tel emploi du temps ?

J'anticipe beaucoup ! En ce qui concerne le Stade Rennais Rugby, je reste malgré tout un peu frustrée car j'aimerais donner plus de temps pour bien travailler. C'est la même chose pour la coach Anne Berville, qui a une activité salariée à côté. Nous arrivons à fonctionner mais pas autant que si nous étions à 100 % au club. Nous avons tout de même trois entraînements par semaine, en plus du match. Même pour les joueuses, c'est un rythme assez conséquent.

Vous êtes arrivée au Stade Rennais Rugby en tant que joueuse en 2009 puis vous y êtes restée comme préparatrice physique. Comment sont répartis les rôles au sein du staff ?

Je suis passionnée par la préparation physique depuis toujours ! Même dans mes anciens clubs, j'ai toujours cumulé mon statut de joueuse et celui de préparatrice physique. Fitz Fertinel m'accompagne et va remplir ce rôle de préparateur entièrement sur les matchs car j'y assiste en tant que coach avec Anne Berville. Je m'occupe aussi des trois-quarts sur le côté offensif avec Arnaud Le Berre, joueur au REC. Quand je m'occupe de la « prépa » physique, j'essaye d'apporter de nouvelles façons de travailler grâce à un diplôme que je suis en train de passer. C'est hyper intéressant et enrichissant. Anne est en plus très ouverte sur le fait de tester de nouveaux exercices, c'est agréable de travailler dans ces conditions !

Ce doit l'être également pour les joueuses ! La variété des entraînements physiques est-elle prépondé-

rante pour éviter toute lassitude ?

Oui et je vois bien quand ça ne plaît pas (rires) ! La préparation physique ne fonctionne que si les joueuses s'impliquent à 200%. Pour ça, il faut qu'elles sentent que c'est pertinent et que ça va leur apporter quelque chose. Il faut gagner cette confiance-là, sans cesse se renouveler et améliorer ce que l'on propose. J'essaye de faire des exercices ludiques pour toujours les stimuler et leur donner envie de se dépasser. J'ai été joueuse donc je sais que parfois, c'est difficile mais ce passé me permet aussi de me faire entendre. La communication est importante et ma carrière me fait gagner des points (rires) ! Elles m'écoutent car elles savent que je suis passée par là, ça me donne de la crédibilité.

« MON PASSÉ DE JOUEUSE ME DONNE DE LA CRÉDIBILITÉ »

Les menstruations dans le sport féminin sont rarement évoquées. Y-a-t-il une gestion particulière à ce niveau ?

Il y a des courants qui sont en train d'émerger. J'ai assisté récemment à une intervention avec une gynécologue au Centre National du Rugby et nous avons échangé sur ce thème. Il y a eu des suivis d'équipes et on s'est rendu compte qu'au cours du cycle chez la femme, il y a des moments où elle était plus à même de performer ou de se blesser. L'idée d'observer le cycle, c'est de placer des pics de travail au bon moment. Je suis très attentive aux sensations des joueuses mais je n'en suis pas encore là dans ma pratique. Cela commence à se faire au très haut niveau où le moindre détail compte.




TROUVEZ L'AMOUR EN VRAI !

Cette femme coquette de 74 ans, veuve, employée retraitée, aime la vie simple : les brocantes, les lotos, les balades, cuisiner ou jardiner. Marcelle est facile à vivre, simple, romantique, généreuse, sociable, elle aime recevoir et s'amuser. Elle a envie de retrouver une vie de couple stable avec un homme à son image.
 Unicentre Réf : 649472
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

Adieu la solitude, bonjour la tendresse ! Une balade au bord de la mer, un petit resto, tout ce qui est simple lui plaît et elle veut juste être bien accompagnée. 65 ans, divorcée, retraitée active, elle dit oui à une rencontre sympa et laisse le destin faire le reste.
 Unicentre Réf : 645819
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

Féminine, élégante, châtain aux yeux vert, profession libérale, 49 ans, séparée. Vous serez fier de l'avoir à votre bras pour vos sorties. Tout l'intéresse, le sport, la musique, les expositions. Elle désire un homme sensuel, dynamique, franc et avec le sens des responsabilités.
 Unicentre Réf : 653383
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

J'aime tout de la vie, sans tomber tout de même dans les excès. Je recherche avant tout LA SIMPLICITÉ, LE RESPECT, la compréhension, la générosité, la tendresse, le charme et l'humour, la complicité ; en fait tout ce qui fait l'éventail de l'amour. Vous êtes prêt à me séduire, venez vite à ma rencontre. 60 ans, secrétaire médicale, divorcée.
 Unicentre Réf : 648165
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

Il voudrait pouvoir se projeter dans l'avenir. Vous serez autant captivée par sa courtoisie que par ses valeurs mo-

rales. Homme dynamique, grand, divorcé, 62 ans, profession libérale, réservé et sensible, il saura sans nul doute vous rendre heureuse.
 Unicentre Réf : 653179
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

Sympathique, généreux, simple, Christophe, 53 ans, séparé officiellement, employé, est un homme charmant, qui a de vraies valeurs. Il aime le karting, fait de la moto, rénove une caravane pour ses prochains voyages. Son expérience de la vie lui fait dire que rien n'est jamais acquis. Il vous désire gentille, conciliante ayant l'esprit de famille.
 Unicentre Réf : 653218
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

Il ne se résout pas à passer ses journées et ses soirées tout seul. Lui qui aime sortir, il ne supporte plus de le faire sans être accompagné, et veut pouvoir partager ses impressions sur un bon restaurant, une visite de musée ou le choix d'une destination de voyage. 67 ans, veuf, retraité Chef d'entreprise, musicien, bel homme, il ne désire qu'une chose, rencontrer une dame avec laquelle il pourra composer l'avenir et échanger tendresse et bonheur.
 Unicentre Réf : 644391
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

Belle prestance et personnalité derrière laquelle se cache une grande sensibilité. 67 ans, agent général d'assurances retraité, divorcé, Hubert aime entretenir son jardin, cuisiner, les mots croisés, il a beaucoup voyagé, il apprécie la pêche à pied et recevoir les amis. Il aspire à partager une complicité où dialogue et douceur seront présents chaque jour. La présence d'un homme compréhensif et responsable vous manque ? Contactez-le !
 Unicentre Réf : 653761
 Tél. : 02.23.22.80.34 - 06.42.40.11.15

UniCentre

81, Mail François Mitterrand
35000 Rennes

Tél. : 06.42.40.11.15
02.23.22.80.34

www.unicentre.eu

VITE, UN REBOND !

CONFIRMER RESTE LE PLUS DIFFICILE. DÈS LA FIN AOÛT, LES SUIVEURS COMME LES DIRIGEANTS DE L'UNION RENNES BASKET NE S'Y TROMPAIENT PAS : LA DEUXIÈME SAISON D'AFFILÉE EN N1 N'ALLAIT PAS MANQUER DE PIÈGES POUR PASCAL THIBAUD ET SES HOMMES. APRÈS DEUX MOIS DE COMPÉTITION, LES RÉSULTATS LE PROUVENT : RIEN NE SERA SIMPLE CETTE ANNÉE POUR L'URB.

PAR JULIEN BOUGUERRA



Deux derbies en une semaine, cela peut être l'occasion de lancer une saison avec des résultats positifs mais aussi de plonger dans le doute en cas contraire. En se déplaçant au CEP Lorient, plus gros budget de la poule puis en recevant quelques jours plus tard l'ambitieuse Aurore de Vitré, les joueurs de l'Union Rennes Basket ont malheureusement validé la seconde hypothèse, avec deux revers aux contours différents,

s'ajoutant aux quatre autres déjà concédés. Avec deux victoires et six défaites, l'URB démarre mal sa saison mais tout n'est pas à jeter !

**UN RETARD À L'ALLUMAGE
QUI NE DOIT PAS
TOUT ASSOMBRIR !**

Durant la préparation, déjà, la victoire n'était pas au rendez-vous pour les joueurs du tandem Thibaud-De-

meuré. Un collectif à reconstruire, des départs à compenser, notamment celui de Youri Morose, très décevant dans la forme et encore plus dans le jeu, mais aussi l'absence de deux titulaires retenus à la CAN, Bryan Pamba avec la Côte d'Ivoire et Cheik Sekou Condé avec la Guinée.

Ajoutez à cela la grave blessure en match amical de Rémi Dibo, recrue phare de l'intersaison out pour une bonne partie de l'exercice et déjà, les prémices d'un début de championnat galère...

Pourtant l'URB ne compte pas baisser les bras ! Après avoir enchaîné un calendrier terrible avec Rueil, Poitiers, le CEP Lorient et Angers notamment, quatre gros prétendants à la montée, les Rennais attaquent un calendrier plus abordable, l'occasion de reprendre des points et de la confiance pour remonter en milieu de tableau, ambition probablement portée en interne par les dirigeants. Avec une Nationale Une clairement beaucoup plus forte que la saison passée - les clubs ayant investi les économies faites avec la crise sanitaire, notamment sur le recrutement - la formation rennaise cherche encore sa vraie place : « A cinq reprises, nous avons joué des matchs où ça bascule du mauvais côté. Nous voyons bien que nous sommes au niveau de ce championnat mais nous devons être plus performants sur ces trois-quatre dernières minutes de jeu où il nous manque pour le moment les gestes décisifs, la maîtrise et l'efficacité, constate Pascal Thibaud. Il nous faut pour prendre rapidement des points, être plus performant sur la durée du match, que nous soyons plus constants. Ensuite, nous faisons trop d'erreurs, de pertes de balle et derrière, on cravache. Il manque la régularité et la lucidité dans les moments-clés. C'est vraiment là qu'il faut que l'on réussisse à s'améliorer. » Un constat corroboré par les défaites in-extremis contre Rueil, Poitiers et Vitré alors que la victoire, avec un supplément de sérénité et de maîtrise, était à portée.

Quel avenir, à court terme, pour l'Union Rennes Basket ? Les motifs d'optimisme sont là, en dépit d'une lecture basique du classement (11e ex-æquo sur 14). L'arrivée de Mo Faye, tout d'abord, apporte au fil des matchs l'expérience et le talent vus notamment lors de son passage à l'Etoile Rouge de Belgrade ou en Grèce, où il disputa notamment l'Euro-ligue. De plus en plus à son aise dans le cinq rennais, l'ailier va vraisemblablement peser davantage dans les stats offensives de ces prochaines semaines.

DES MOTIFS D'ESPOIR...

Celles-ci vont également profiter du renfort de Joffrey Sclear, de retour vers sa meilleure forme après une sale blessure au talon l'ayant tenu éloigné des terrains pendant près de quatre mois. Côté effectif, Bryan Pamba et Cheik Sekou Condé retrouvent au fil des matchs une condition physique de plus en plus intéressante, eux qui n'avaient pas coupé cet été. Récemment blessé, Lucas Fontaine sera lui aussi bientôt de retour.

Le calendrier, ensuite, va s'alléger des très grosses oppositions. Après avoir joué l'intégralité du haut de tableau sur les neuf premiers matchs de la saison, avec deux victoires pour sept revers, l'URB démarre en novembre une série plus abordable avec Les Sables, Cergy-Pontoise, Tarbes et enfin Dax pour terminer la phase aller. Les trois premiers nommés accompagnent actuellement l'URB dans la seconde partie de tableau tandis que les Dacquois sont pour le moment en milieu de classement. Décembre offrira ensuite trois nouvelles affiches dont deux abordables, contre La Rochelle et Challans à domicile. Aux Rennais d'attraper les points au rebond et de se souvenir de leur hiver 2020, fait d'une exceptionnelle série de victoires avec la suite et fin de championnat que l'on sait. Cette équipe en a les moyens et pourra se tourner, fin janvier, vers une semaine de derby plus heureuse... ■

UNIQUES & NUMÉROTÉES

VISUAL
OPTICIEN DEPUIS 1959

BRUNO THIEULLET
02 99 83 94 96
8, Place de l'Église
CESSON-SÉVIGNÉ

Vinyl Factory
1964



EAU SPORT & SPA

TOUTES NOS
OFFRES SUR

www.aquatonic.fr

#VITALITÉ

#AQUASPORTS

#PRÉPARATION
PHYSIQUE

#BIEN-ÊTRE



simple et rapide
RÉSERVEZ votre
séance en ligne 



AQUATONIC

RENNES SAINT-GRÉGOIRE

JOFFREY SCLEAR : « TOUT CELA M'AVAIT TELLEMENT MANQUÉ ! »

IL EST DE RETOUR. SIX MOIS APRÈS UNE GROSSE BLESSURE AU TALUS CONTRACTÉE À ANGERS EN FIN DE SAISON DERNIÈRE, JOFFREY SCLEAR COMPTE BIEN SE DONNER CORPS ET ÂME POUR SON CLUB DE L'URB, AUTEUR D'UN DÉBUT DE SAISON COMPLIQUÉ. S'IL SAIT QU'IL FAUDRA DU TEMPS POUR ÊTRE À 100 %, L'AILIER RENNAIS NE COMPTE PAS TRAÎNER EN CHEMIN !



Nous t'avions laissé fin avril dernier blessé à Angers, alors que tu pratiquais peut-être le meilleur basket de ta vie. Comment te sens-tu, six mois plus tard ?

Le meilleur basket de ma vie, je ne sais pas, mais j'étais dans une bonne forme, c'est vrai, et tout s'est un peu écroulé sur une action où ma cheville se tord en retombant au contact de

l'Angevin, qui, il est vrai, fait faute. Le talus est un os sur le dessus du pied et il a fallu le temps pour remettre tout ça d'aplomb. Aujourd'hui, je me sens évidemment encore loin d'être à 100 % mais j'ai de bonnes sensations et je compte bosser dur pour revenir.

Quelles ont été tes premières sensations à ton entrée en jeu contre Poitiers ?

Sincèrement, les coachs m'avaient prévenu que j'entrerais en jeu même pour quelques minutes, histoire de regoûter au terrain. C'était super mais ce que j'ai encore plus apprécié, finalement, c'est tout le rituel d'avant-match : me préparer, être dans les vestiaires ou faire mon sac. La journée aussi, avec les shoots le matin, le repas puis la préparation, tout au long de la journée, qui amène à la récompense du match, ce pourquoi nous travaillons tous. Tout cela m'avait tellement manqué, vraiment !

Comment as-tu vécu cette convalescence et as-tu connu de vrais moments de doutes ?

Comment as-tu vécu cette convalescence et as-tu connu de vrais moments de doutes ?

Du doute, non, j'ai tout de suite eu l'envie de bosser pour revenir, du moins une fois déplâtré (*rires*) ! J'ai connu d'abord dix semaines dans le plâtre. J'aurais pu, c'est vrai, jouer à la console mais Pierre Golvan, notre préparateur physique, m'a concocté un programme qui ne sollicitait pas le bas du corps et qui m'a permis de travailler le haut. C'était bien, cela a permis de garder le fil avec l'activité physique. J'ai aussi pu me « consoler » en travaillant plus fort sur le mémoire de mon Master 2, que j'ai pu valider. Ensuite, j'ai commencé à être un peu moins pénible pour ma copine, mes amis et ma famille quand la rééducation a commencé, une fois le plâtre ôté. Pourtant, on part de loin... J'ai dû réapprendre à marcher, à maîtriser mon pied... J'ai été accompagné par Nicolas, chez Vivalto Sport, à raison de trois à quatre séances par semaine, à partir de la fin août. Il était présent contre Poitiers dans la salle, c'était sympa. Tout le monde a été top avec moi et ces soutiens m'ont inévitablement permis de revenir. C'était ma première blessure aussi sérieuse.

Qu'as-tu appris de ces semaines passées loin des terrains ?

A écouter un peu plus mon corps et aussi, à mieux me connaître. Il m'a fallu aussi progresser dans le domaine de la patience car dans ces cas-là, on veut souvent aller plus vite que la musique et on aggrave alors son cas. J'ai accepté les contrariétés, relevé la tête quand j'ai appris que je devrais être plâtré malgré le coup

que cela met derrière la tête et encore plus quand tu dois l'être ensuite une seconde fois. Je n'ai que 26 ans mais j'ai eu parfois la peur de ne pas retrouver toutes mes capacités. Etre enfin de retour me rassure et je pense, j'espère, que tout cela est désormais derrière moi.

Devant, il y a ce championnat et le début difficile de l'équipe. Comment l'expliques-tu ?

C'est une somme de petites choses qui, au final, font que nous n'arrivons pas à faire basculer les matchs en notre faveur dans le Money-Time. A cinq reprises, nous perdons dans les derniers instants, avec des scénarios se ressemblant énormément. Croyez-moi, nous sommes les premiers déçus de ne pas offrir de victoires à nos supporters, d'autant plus que la semaine, nous travaillons vraiment bien. La principale explication aujourd'hui, au-delà de notre manque de maîtrise et de lucidité sur l'instant T se trouve aussi dans notre préparation, qui a été pas mal contrariée avec un groupe qui n'a été au complet que très tard. Cela compte sur une entame de championnat lancée à un tel rythme.

La Nationale Une te paraît-elle justement plus forte que l'an passé ?

Il y a beaucoup de qualité, de densité et de rythme, c'est clair, ça envoie à chaque match. Si nous n'avons volé aucune victoire la saison passée, le contexte des salles à huis-clos et d'un championnat où personne ne descendait a forcément joué sur l'ensemble de la saison et conduit à des états de forme ou de motivation aléatoires chez les uns et les autres. Là, tout le monde joue à 200 % et la moindre erreur se paie cash. Pourtant, j'en suis certain et nous l'avons prouvé sur la majeure partie de nos



**ANTICIPER - PROTÉGER
AGIR - SÉCURISER**

AA.S.B Alliance Sécurité Bretagne met en oeuvre tout son avoir-faire pour répondre à vos besoins en terme de gardiennage, de sécurité et prévention incendie.

A.S.B s'appuie sur l'expérience et les compétences de ses collaborateurs.

-  **ENGAGEMENTS**
-  **COMPÉTENCES**
-  **Préstations**
-  **Chartes de qualité**

Partenaires du CRMHB, de l'URB35 et du REC RUGBY





ASB, Alliance Sécurité Bretagne 90 bis Rue de Fougères, 35000 Rennes.
Tel : 0950834520 / contact@asb-securite.fr



matchs contre les équipes de haut de tableau, nous sommes au niveau. Il faut juste que les réglages se peaufinent et que nous enclenchions une série.

Celle-ci doit d'abord vous sortir de la zone rouge. Avant de voir plus haut ?

Nous ne nous sommes pas fixés d'objectif chiffré, si ce n'est celui de se maintenir, évidemment et ensuite de jouer libéré et d'aller le plus

haut possible. On le sait, les victoires appellent les victoires et nous travaillons dur pour valoriser le gros travail effectué aux entraînements en match. Après, ce n'est pas toujours simple car nous avons peu de temps, avec deux matchs par semaine, de travailler le fond.

« LE PROJET ICI EST SUR LE LONG TERME »

Ton retour pourrait renvoyer Guillaume Mérie, ton remplaçant arrivé

cet été, à moins jouer, voire partir...
J'espère que non ! Nous avons besoin de Guillaume, il apporte toute son expérience, son vécu mais aussi son talent encore intact à l'équipe. J'aimerais qu'on le garde le plus longtemps même s'il a un beau projet personnel. Il a la gnaque, c'est un gagnant et il nous fait progresser. J'ai préféré, lors du derby, l'avoir avec nous que contre nous même si de mémoire, il n'a jamais brillé contre l'URB (rires) ! Après, il finira peut-être sa carrière en D2, du côté de Vitré, allez savoir, mais tant que nous pouvons l'avoir avec nous, on le garde !

Le staff, les joueurs mais aussi le club et le public semblent solidaires de tout cela. Forcément, cela rassure ?

La pression, nous nous la mettons tout seuls, nous voulons gagner, c'est dans notre ADN, notre raison de jouer. Le projet est ici établi sur le long terme, nous avons retrouvé avec plaisir notre public et le groupe, au-delà des résultats décevants pour le moment, vit très bien et partage beaucoup, sur et en dehors du terrain. Cela va tourner, et vite, nous allons tout faire pour ! ■

RECUEILLI PAR JULIEN BOUGUERRA



CALENDRIER DE L'UNION RENNES BASKET NATIONALE 1

J01 - La Rochelle - URB	79-81
J02 - URB - Toulouse	78-80
J03 - Challans - URB	93-74
J04 - URB - Rueil	75-78
J05 - Bordeaux - URB	60-68
J06 - URB - Poitiers	71-76
J07 - CEP Lorient - URB	84-57
J08 - URB - Vitré	67-70
J09 - Angers - URB	02/11
J10 - URB - Les Sables	05/11
J11 - Cergy - URB	09/11
J12 - URB - Tarbes	12/11
J13 - Dax - URB	19/11
J14 - URB - La Rochelle	03/12
J15 - Toulouse - URB	10/12
J16 - URB - Challans	17/12
J17 - Rueil - URB	11/01
J18 - URB - Bordeaux	14/01
J19 - Poitiers - URB	21/01
J20 - URB - CEP Lorient	25/01
J21 - Vitré - URB	28/01
J22 - URB - Angers	01/02
J23 - Les Sables - URB	04/02
J24 - URB - Cergy	08/02
J25 - Tarbes - URB	11/02
J26 - URB - Dax	18/02

vous accueillent pour une
RENCONTRE SUPPORTERS
👍 🏀 🙌 🏀 👍

SAMEDI 13 NOVEMBRE
15H > 17H

☰

DEVANT VOTRE MAGASIN BOULANGER
GRAND QUARTIER • CÔTÉ GALERIE COMMERCIALE

RENNES BASKETBALL
www.planete-urb.com

#REJOINS NOTRE TRIBU

Design © jlewick-mias.fr • Crédits photo © Camélian Production



SPORT ETHIC

CARRIÈRE SPORTIVE ET EXTRA-SPORTIVE : POURQUOI CHOISIR ?

« Quand je serai plus grand je serai tennisman », « Moi je serai nageuse »... La quête de performance chez les jeunes sportifs commence souvent par un rêve, celui de devenir un jour champion de sa discipline, jusqu'à ce que le rêve se précise et devienne un objectif nécessitant un investissement adapté après quelques années de pratique. Mais la donne change dès lors que les études deviennent plus ardues alors que, dans le même temps, le sport nécessite lui aussi davantage d'implication. Mener de front sport et études, voilà l'idéal préconisé. Facile à dire... Un large éventail de dispositifs existe : double projet, sport-études, sections sportives... Pourtant, en poussant un peu les recherches, quel que soit le modèle, les failles sont encore nombreuses. Considérons deux approches : le sport amateur et le sport de haut niveau en France et aux Etats-Unis.

Côté sport amateur, pratiquer un sport en compétition est très accessible pour les Français. Les clubs sportifs, souvent associatifs, en sont la porte d'entrée incontournable. Une licence, un tour chez le médecin et c'est parti pour l'année ! Les prix varient en fonction des activités pratiquées, mais restent souvent abordables. Nous appelons ça communément le "sport amateur". De l'autre côté de l'Atlantique, cette notion est plus abstraite. A l'image de la société américaine, il existe une fracture au sein de la pratique sportive chez les amateurs. L'adhésion à un club sportif privé est généralement très coûteuse et exclut de fait une partie des Américains. Les alternatives sont peu nombreuses : playgrounds, activités proposées au sein des écoles ou par des organisations communautaires... Finalement, le constat est simple : pour évoluer en tant que sportif et être accompagné, il faut avoir les ressources financières



conséquentes ou bien se démarquer par son niveau sportif, et espérer voir son potentiel détecté. D'autant plus difficile que les compétitions se font rares au niveau amateur.

**LE SPORT AMATEUR
ACCESSIBLE À TOUS :
LE MODÈLE FRANÇAIS
DONT LES ETATS-UNIS
POURRAIENT S'INSPIRER !**

En France, dès lors qu'un jeune a des aspirations de haut niveau, l'équilibre peut être difficile à trouver avec son parcours scolaire puis universitaire. Si le système éducatif est accessible grâce à des frais de scolarité moindres, la gestion des entraînements et les absences pour les compétitions complexifient l'organisation des jeunes sportifs. Des programmes « sport-études » existent, notamment gérés par les Ligues sportives régionales, ou bien proposés au sein de structures privées. Néanmoins, le choix des formations et/ou le

manque d'aménagement des emplois du temps contraignent ces athlètes à poursuivre leurs études à distance et parfois à choisir une formation par défaut. Sport ou études ? Un choix que doivent faire un certain nombre de jeunes athlètes français à la sortie du lycée, quitte à prendre une décision pas toujours propice à leur épanouissement personnel. Aux Etats-Unis, l'approche est tout autre. Dans un pays où les frais de scolarité annuels d'un étudiant en bachelor s'élèvent très souvent au-delà de 20.000 dollars, l'obtention d'une bourse sportive est un moyen d'accéder aux études supérieures en limitant les frais. Et plus un "étudiant-athlète" a de bons résultats sportifs, plus il aura le choix de son Université. Les équipes sportives sont un moyen indéniable de se démarquer pour ces établissements. Encadrement, installations, aménagement de l'emploi du temps... tout est mis en œuvre pour contribuer à la réussite des athlètes et ainsi attirer les plus

prometteurs. Ils sont particulièrement valorisés lors de leur cursus et cette expérience d'étudiant-athlète est un atout pour la recherche d'emploi.

D'un côté, le modèle français favorise la pratique sportive au niveau amateur ; de l'autre le système américain valorise la performance. Ceci dit, les deux sont parfaitement complémentaires. Faire évoluer les mentalités et valoriser la pratique sportive dans les milieux scolaires où les sportifs en quête de performance ne sont pas toujours bien vus constituent un axe d'amélioration certain.

Même s'il est encore difficile de rivaliser avec les nombreux champions universitaires américains, les progrès pour développer les doubles cursus en France sont bien réels. La proximité des Jeux de Paris 2024 devrait permettre d'accélérer encore l'inclusion des sportifs dans la société. Mais gardons la spécificité du modèle français : le sport amateur accessible à tous. Un principe dont les Etats-Unis pourraient s'inspirer ! ■

Ce sujet vous intéresse ? Discutons-en !
debrief@sport-ethic.com

DECATHLON

**VOTRE VÉLO, VOS SKIS
SONT ENCORE EN BON ÉTAT ?**

NOUS LES RACHETONS*

Decathlon France SAS, 4 Boulevard de Mons 59650 Villeneuve d'Ascq.

DECATHLON CARTE CADEAU

15€
OFFERTS

**ET DU 30 OCTOBRE AU 14 NOVEMBRE
RECEVEZ 15€ EN CARTE CADEAU**
EN PLUS DU PRIX DE LA REPRISE**

*Service soumis à conditions, disponibles sur occasions.decathlon.fr et dans les magasins participants.

** Carte cadeau valable 3 mois, envoyée par email, une carte cadeau par compte client. Voir règlement sur decathlon.fr.

NATHALIE GUITTON : « LES VICTOIRES VIENDRONT EN TEMPS VOULU »

LE REC VOLLEY GARDE EN TÊTE LE PROJET AMBITIEUX DE MAINTENIR UNE ÉQUIPE GARÇON ET UNE ÉQUIPE FILLE AU PLUS HAUT NIVEAU MAIS LA TÂCHE N'EST PAS AISÉE. EXPLICATIONS AVEC NATHALIE GUITTON, PRÉSIDENTE DU REC VOLLEY.

Quel regard portez-vous sur le début de saison est en dents de scie pour les deux équipes du REC Volley ?

En effet, nos entames ne sont pas simples. Pour les garçons, cela peut s'expliquer par le fait que le recrutement a été fait tardivement. C'est une équipe très jeune, avec des garçons qui n'ont pas forcément encore évolué à ce niveau. La volonté était d'avoir une équipe avec des joueurs



CREDIT PHOTO RALLER

formés au club et d'autres, plus expérimentés, issus de la formation française. La cohésion et l'ambiance au sein du groupe est bonne, les résultats devraient arriver vite, j'en suis



CREDIT PHOTO RALLER

convaincue. Chez les filles, beaucoup de joueuses de l'année dernière sont restées. Les quelques étrangères que nous avons au sein de l'effectif ont mis du temps à revenir à cause de restriction du Covid, mais maintenant l'équipe est au complet. Les victoires viendront en temps voulu.

qu'elles ne lâchent rien. Nous sommes toujours en train de nous structurer et surtout toujours à la recherche de nouveaux partenaires.

Aujourd'hui, comment est articulé le club ?

Je suis la présidente et avec moi, il y a un manager général et un trésorier. Ensuite, nous avons un comité de direction composé d'une dizaine de personnes. Nous avons également recruté trois alternants en charge de la communication mais aussi de la recherche de partenaires. Nous avons gardé les mêmes entraîneurs pour nos équipes phares, Yann Chubilleau et Quentin Marion. Dans l'équipe, il y a également Olivier Bouvet, référent du Centre de Formation qui fait le lien avec les entraîneurs. Nous recherchons toujours du monde pour nous aider à nous développer et pouvoir espérer atteindre notre objectif dans les deux ou trois prochaines années. Nous souhaitons trouver des bénévoles pour nous aider sur les matchs mais aussi auprès des joueurs et joueuses pour les accompagner dans leur vie au quotidien pour qu'ils ne pensent qu'à leur sport.

Les garçons évoluent en Ligue B. Quelles sont les conséquences au niveau structurel pour le club ?

Nous avons eu connaissance de la validation définitive de notre montée à la mi-juillet. Sportivement, nous savions que nous allions monter, mais il fallait que notre dossier soit validé par les administrations. Aujourd'hui, nous devons répondre aux exigences de la LNV et de la Ligue. Elles ne sont pas toutes similaires. Nous devons convaincre de nouveaux partenaires de nous rejoindre dans notre projet.

« LE BUT EST QUE LES DEUX ÉQUIPES HOMMES ET FEMMES AIENT LE MÊME ÉQUILIBRE »

Justement, où en est le projet du REC à ce jour ?

Il est très ambitieux. Nous gardons l'envie de tenter ce double-projet de mener à haut niveau les deux équipes, filles et garçons. Le but est que les deux équipes aient le même équilibre. Les instances publiques nous soutiennent beaucoup mais c'est un peu plus compliqué pour les partenaires privés. Il faut savoir qu'à Rennes, il y a un vrai passé dans le volley masculin grâce au Rennes Volley 35 mais chez les filles, c'est toujours resté un peu informel. A nous de faire changer les habitudes et de donner envie aux futurs partenaires de venir voir les filles pour comprendre qu'il y a une belle intensité et

Quel va être l'objectif pour cette année ?

Le but premier est d'asseoir les équipes dans leur championnat, voire pourquoi pas jouer le haut de tableau. Nous ne cherchons pas la montée des garçons cette année. Pour nous, cela va nous permettre de bien nous structurer et de bien poser les bases sportivement mais aussi de manière administrative. C'est une année de transition après les années Covid et les montées rapides. ■

RECEUEILLI PAR MARIE MARTEL

Qualité - Conseil - Service

Depuis 1971, SAB OUEST accompagne ses clients dans leurs projets, en neuf et rénovation :

Fenêtres

Portes d'entrée

Portes de garage

Mais aussi :
Portails, clôtures, volets, pergolas, verrières intérieures...

Aujourd'hui, nous recherchons nos futurs collaborateurs :

NOUS RECRUTONS !

DES MENUISIERS-POSEURS (H/F)
DES TECHNICIENS SAV-DÉPANNAGE (H/F)

ET SI CE JOB ÉTAIT POUR VOUS ?

www.sabouest.com - 02 99 68 31 04 - onrecrute@sab-menuiseries.fr

Contactez-nous !



HABITER À RENNES
OU EN PÉRIPHÉRIE
Découvrez nos programmes !

LE PALATIN

CESSON-SÉVIGNÉ - LES PIERRINS - À proximité du centre-ville
de Cesson et du parc du Haut de Boudebois - Appartements du T2 au T6

LANCEMENT COMMERCIAL

PINEL

Réduisez
vos impôts !



LES JARDINS DE BEAUSOLEIL

PACÉ - À proximité du centre-bourg
proche des commerces et des services - Appartements T2 et T3

EN COMMERCIALISATION

PINEL

Réduisez
vos impôts !



02 99 78 00 00



giboire.com

TRANSAT JACQUES VABRE LA 15ÈME ÉDITION DIRECTION LA MARTINIQUE !

POUR SA 15ÈME ÉDITION, "LA TRANSAT JACQUES VABRE NORMANDIE LE HAVRE" S'OFFRE UN NOUVEL ÉLAN, DIRECTION LA MARTINIQUE ! POUR LA PREMIÈRE FOIS DE SON HISTOIRE, LA ROUTE DU CAFÉ PART EXPLORER LES ANTILLES. C'EST LA BAIE DE FORT-DE-FRANCE QUI ACCUEILLERA L'ARRIVÉE DE LA TRANSATLANTIQUE EN DUO LA PLUS LONGUE ET LA PLUS EXIGEANTE, AVEC LA PROMESSE D'UN BEAU SPECTACLE.

Le point de départ, historique, reste le même : le bassin Paul Vatine du Havre. En 2021, les membres fondateurs de la course que sont la ville du Havre et le groupe JDE sont rejoints dans l'organisation de l'événement par la région Normandie. La Transat Jacques Vabre Normandie Le Havre aspire désormais à devenir un événement plus encore qu'une course.

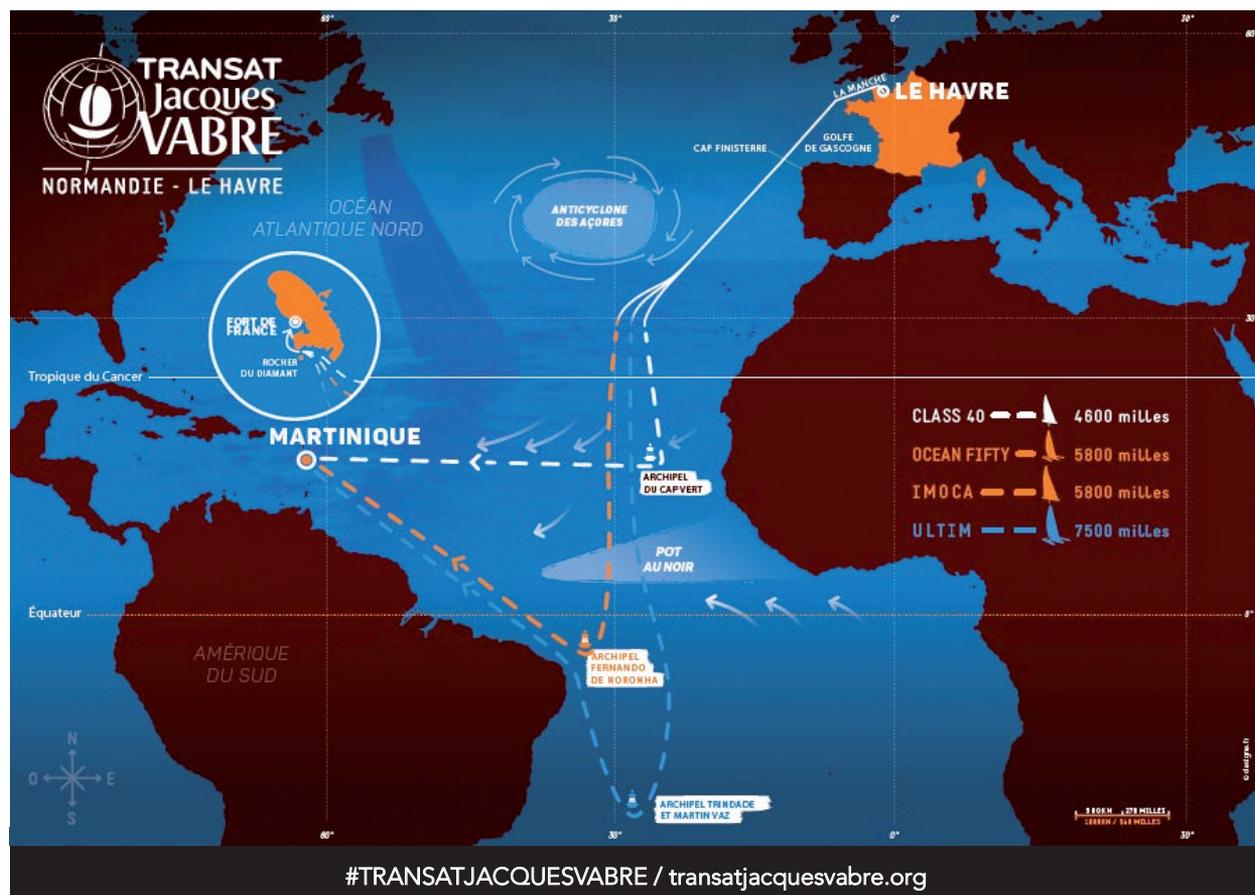
Elle veut profiter de sa notoriété pour se rendre utile, pour inspirer, rassembler, engager, transmettre. Au premier rang de ces nouvelles ambitions, la volonté d'innover sur les enjeux environnementaux. Preuve de cet engagement en matière de RSE (Responsabilité sociétale des entreprises), la Transat Jacques Vabre Normandie Le Havre lancera deux programmes innovants : un concours (ouvert aux start-ups et aux étudiants) pour mettre en avant des projets favorisant la baisse de nos impacts ; et une conférence sur les bonnes pratiques environnementales.

Le nouvel élan porté par la nouvelle équipe de la Transat Jacques Vabre Normandie Le Havre promet par ailleurs de soutenir la féminisation de la course au large, en encourageant le projet d'une navigatrice qui souhaiterait s'engager sur une première course transatlantique.

Enfin, une autre volonté de cette Route du Café version 2021 est de renforcer les liens entre la navigation réelle et la régata virtuelle, en intégrant officiellement une cinquième classe Virtual Regatta. Sur le plan d'eau comme dans toutes les actions menées autour de la course, la Transat Jacques Vabre Normandie Le Havre s'est donnée pour mission cette année de valoriser les performances et de respecter son environnement. Elle espère associer, dans cet objectif, de nombreux skippers prêts à braver l'Atlantique en duo à partir du 7 novembre, date du départ de l'édition 2021.

5 CATÉGORIES, 79 BATEAUX

Cinq catégories pour 5 vainqueurs ! Voici les différentes courses qui permettront à chacun de trouver son bonheur : Class40, Imoca, Ocean Fifty et Ultime. Ajoutez-y la Virtual Regatta et voilà de quoi satisfaire le plus grand nombre, avec 79 bateaux au



départ depuis Le Havre le 7 novembre prochain pour rallier la Martinique.

LE PARCOURS EN 12-15 JOURS ?

Le départ sera donné devant Sainte-Adresse. Une heure à deux heures plus tard, la flotte est attendue à la bouée d'Étretat, où les spectateurs sont toujours nombreux. La Transat Jacques Vabre Normandie Le Havre débute toujours par une séquence spectacle, avant de prendre le large. La première partie du parcours est un tronçon commun pour toutes les classes. Il faudra sortir de la Manche, soit en allant chercher les côtes anglaises, soit en rasant la pointe du Cotentin, selon les conditions météo. En Manche comme à la pointe de Bretagne ensuite, gare au trafic maritime. Ensuite, ce sera la traversée du golfe de Gascogne, qui peut parfois être le théâtre de coups de vent assez forts en novembre. Une fois le cap Finistère franchi, à la pointe ouest de l'Espagne, il faudra descendre pour attraper les alizés. Et c'est là, au sud des Canaries, que les trois parcours se séparent. Les Ocean Fifty et les

Imoca feront route commune direction l'archipel brésilien de Fernando de Noronha, comme un clin d'œil à la destination historique de la course. La boucle totale représente 5.800 milles. Ces bateaux traverseront à deux reprises l'équateur et donc le Pot au Noir, même si le second passage, plus à l'Ouest, devrait être moins à risques. Les Ocean Fifty sont les premiers attendus à Fort-de-France, en 12 à 15 jours. Les Imoca, eux, pourraient mettre 14 à 17 jours. Le parcours des Class40 sera le plus court en distance : 4.600 milles. Ils devront laisser l'île de Sal à tribord, au Cap-Vert, avant de filer à l'Est vers la Martinique. Ils ne passeront pas le Pot au Noir ni l'équateur. Le parcours des Class40 pourrait être bouclé en 17 à 22 jours. Enfin, le parcours des Ultime, les bateaux les plus rapides du circuit, est forcément le plus long : 7.500 milles. Le waypoint à contourner est représenté par un autre archipel brésilien, au large de Rio de Janeiro : Trindade et Martin Vaz. Là encore, il faudra doubler le passage de l'équateur et du Pot au Noir. Arrivée à prévoir après 16 à 17 jours. ■

PAR JULIEN BOUGUERRA

LES MARINS

376 duos ont participé à la course depuis sa création.

1 quadruple vainqueur :

Jean-Pierre Dick (2003, 2005, 2011 et 2017 en monocoque)

4 triples vainqueurs :

Franck Cammas (2001, 2003 et 2007 en multicoque), Franck-Yves Escoffier (2005, 2007 et 2009 en multicoque 50), Erwan Le Roux (2009, 2013 et 2015 en Multi50), Yann Eliès (2013 en Multi 50 et 2017, 2019 en Imoca)

13 doubles vainqueurs :

Paul Vatine (1993 et 1995 en multicoque), Yves Parlier (1993 et 1997 en monocoque), Roland Jourdain (1995 en multicoque et 2001 en monocoque), Loïck Peyron (1999 en multicoque et 2005 en monocoque), Franck Proffit (1999 et 2003 en multicoque), Paul Larsen (2001 et 2003 en monocoque 50), Steve Ravussin (2001 et 2007 en multicoque), Charles Caudrelier (2009 en monocoque et 2013 en Mod70), Vincent Riou (2013 et 2015 en monocoque 60), Pascal Bidégorry (2005 en multicoque et 2015 en Ultime), Yannick Bestaven (2011 et 2015 en Class40), Thomas Coville (1999 en monocoque et 2017 en Ultime), Antoine Carpentier (2017 en Class40 et 2019 en Multi50)

JEAN GALFIONE « PERFORMER POUR PRÉPARER AU MIEUX LA PROCHAINE ROUTE DU RHUM »



À BORD DE SON BATEAU SERENIS CONSULTING OÙ IL NAVIGUERA AVEC SON AMI DE LONGUE DATE ERIC PÉRON, JEAN GALFIONE ABORDE LA PROCHAINE JACQUES VABRE AVEC AMBITION, ENVIE ET OPTIMISME À BORD DE SON CLASS 40 NOUVELLE GÉNÉRATION.

partageons les mêmes valeurs. Cette fidélité, c'est génial et cela permet de bien travailler. On se voit souvent et c'est aussi pour eux que nous voulons performer !

Un dernier mot sur l'Institut Liryc, dont vous porterez la cause sur cette Jacques Vabre ?

C'est un institut basé à Bordeaux, ce qui se fait de mieux en termes de chercheurs et spécialistes, qui travaillent sur la mort subite par arrêt cardiaque. Aujourd'hui, cela représente 50.000 décès par an et c'est une cause souvent renvoyée à la fatalité

alors que beaucoup de scientifiques travaillent pour la prévenir et empêcher bonne partie de ces décès. Des process aujourd'hui sont développés pour détecter en amont les anomalies cardiaques et devraient voir le jour d'ici à quatre ans. Avec Serenis Consulting et Eric, on veut donner écho à leur cause, mettre en lumière ce qu'ils font, grâce au bateau. C'est une cause qui touche tout le monde et si cette mise en lumière peut faire un effet boule de neige dans le milieu du sport et au-delà, nous aurons réussi quelque chose de bien ! ■

RECUEILLI PAR JULIEN BOUGUERRA

Plus que quelques jours avant de prendre la mer. Dans quel état d'esprit êtes-vous ?

J'ai hâte que cela démarre, rien ne remplace la compétition et nous avons envie d'éprouver le bateau sur cette transat, avec des ambitions réelles offertes par la technologie de notre embarcation. Physiquement, j'essaie de rester solide, de bien renforcer le dos et de ne pas accumuler de fatigue. Je sais qu'il va y avoir beaucoup de choses à gérer, pas toujours marrantes, et il faudra répondre présent. Ce n'est pas une croisière mais une vraie aventure qui n'est pas de tout confort. On repousse toujours les limites et on va chercher les choses au fond de soi.

évolutions. L'architecte Guillaume Verdier a réalisé un travail énorme, l'embarcation n'a pas de foils mais le bateau atteint une vitesse très intéressante, volant presque au-dessus de l'eau. On se rapproche des Imoca, dans la limite d'un prix maîtrisé. Ce bateau recèle d'innovations qui risquent d'en inspirer quelques-uns dans les années futures. Les courses à venir vont de plus, nous affiner pour la prochaine Route du Rhum 2022 !

« JE ME DOIS AUSSI D'ASSUMER LES ÉVOLUTIONS DU BATEAU, NEUF, QUI PEUT NOUS PERMETTRE DE VIVRE UNE BELLE COURSE ET DE NOUS HISSER PARMIS LES FAVORIS DE NOTRE CATÉGORIE »

Votre binôme avec Eric Péron, c'est aussi l'histoire de deux potes qui repartent en mer ?

Oui, on se connaît depuis longtemps et nous sommes voisins et amis. Nous avons déjà fait des régates ensemble et c'est un régal de naviguer avec quelqu'un que l'on connaît très bien et que l'on apprécie. Eric, c'est un navigateur très expérimenté qui a déjà disputé quatre fois la Jacques Vabre et dix fois la solitaire du Figaro. Il est très bon en navigation, très précis, sort de l'Ecole figariste. Il est très compétent. Nous avons pu faire quelques navigations pour découvrir notre bateau, qui est très prometteur.

Quel sera l'objectif sur cette Jacques Vabre 2021 ?

Je ne vais pas fanfaronner, je sais d'où je viens et nous allons tâcher de faire du mieux possible. Maintenant, je me dois aussi d'assumer les évolutions du bateau, neuf, qui peut nous permettre de vivre une belle course et de nous hisser parmi les favoris de notre catégorie. Nous pouvons performer et allons tout faire pour. Il s'agit aussi de préparer au mieux la future Route du Rhum 2022 qui sera le gros objectif à venir.

Le rôle de votre partenaire, Serenis Consulting, a de nouveau été prépondérant dans la préparation de la course ?

Avec Marc Le Bras et ses équipes, c'est une histoire d'amitié. C'est le seul partenaire du bateau et ils sont, pas seulement Marc, mais toute son équipe, tous très impliqués et investis dans le projet. Je fais partie de cette famille et c'est une fierté car nous

Quelles sont ses spécificités ?

C'est une nouvelle génération de conception de Class 40 Pogo S4, appelé Scow. Il se caractérise par une étrave très large, presque ronde, qui rend la carène plus puissante. Il implique de nouveaux réglages pour les voiles et comporte de nombreuses



Serenis Consulting

Un nouveau regard sur votre fiscalité immobilière



Jean Galfione
Skipper Serenis Consulting
Transat Jacques Vabre 2021

Confiez-nous l'audit de vos taxes foncières

Serenis Consulting
4, rue de la Borderie
35000 Rennes

 02 99 23 60 60
serenis-consulting.fr



LUKE BERRY « NAVIGUER À 2, C'EST MOINS STRESSANT ! »

LUKE BERRY, SKIPPEUR DU CLASS40 «LAMOTTE-MODULE CRÉATION» PARTICIPE À LA TRANSAT JACQUES VABRE 2021 ET AMBITIONNE DE DÉJOUER LES PRONOSTICS. NAVIGATEUR EXPÉRIMENTÉ, IL NOUS RACONTE SA PRÉPARATION COMME SES OBJECTIFS.

Ce n'est pas la première fois que vous participez à la Transat Jacques Vabre mais c'est la première fois avec Achille Nebout en binôme. Comment avez-vous choisi votre coéquipier ?

Il m'a été recommandé par un ami avec qui je devais initialement faire la course. J'aime naviguer avec des « Figaristes », ils amènent une autre facette de ce sport. Achille a fait la Figaro, il a été champion du monde dans sa catégorie de bateau et il a fait une préparation olympique. C'est quelqu'un de très compétiteur, capable de naviguer en solitaire et c'est très important. Nous avons fait des entraînements ensemble puis nous avons participé à la Normandy Channel Race en début de saison. Le courant est très bien passé entre nous : en plus d'être bon il est sympa ! Ça compte étant donné que nous allons passer vingt jours ensemble !

Qu'appréciez-vous dans le fait de naviguer à deux ?

C'est moins stressant ! Quand nous faisons une course au large, nous savons que nous allons avoir des soucis mais on ne sait jamais lesquels ! Plus on a d'expérience, plus on en rencontre et cela même si nous essayons de préparer notre bateau au mieux et même si nous essayons d'anticiper au maximum. Que ce soit des éléments internes avec du matériel qui casse ou externe, par exemple avec une vague qui va taper le bateau, ou autre... A deux, tu arrives à réparer les choses plus facilement. Tu as plus de confiance. Il y a le côté repos aussi, nous pouvons dormir profondément et sur nos deux oreilles. Enfin, il y a évidemment le côté social, c'est quand même plus sympa !

Comment se prépare-t-on et s'entraîne-t-on avant une course ?

CRÉDIT PHOTO PIERRECK COVITIN



Ça se passe à Lorient. On fait partie d'un groupe d'entraînement où nous sommes entre cinq et huit bateaux. Les entraîneurs nous suivent en zodiac ou viennent avec nous pendant ces entraînements. Nous ne faisons pas autant de bateau qu'on le voudrait car ce sont des projets qui ont énormément de contraintes, ne serait-ce que techniques. Là, nous avons eu 25 jours d'entraînement. Je participe aussi à la préparation du bateau avec une petite équipe, je mets pas mal la main à la patte !

Vos objectifs sur cette Transat ?

Ce que nous savons, c'est que notre binôme est complémentaire et que le bateau navigue bien. Nous avons eu trois podiums sur quatre courses où nous n'avions pas le bateau le plus rapide. Sur notre parcours, il y a 45 bateaux et potentiellement 12 bateaux qui vont plus vite que le nôtre. Si nous arrivons à faire un bon top 5, ce serait très bien ! Après, au niveau de notre duo et de la connaissance du bateau, on peut prétendre à plus. Sur les lignes droites malheureusement, les autres iront plus vite mais à nous de bien naviguer ! Jusqu'à la dernière édition de la Jacques Vabre en 2019, je n'avais jamais abandonné une course de ma vie mais après 24h, le mât est tombé. L'objectif c'est donc déjà d'aller au bout !

Il y a 4 catégories de bateaux et 3 parcours différents selon la catégorie. Avec votre voilier classe 40, votre itinéraire est le plus court mais non moins dangereux...

Il y a plein de choses à appréhender... Déjà, il faut passer la Manche ! Si nous avons des vents d'Ouest comme en ce moment, ça veut dire

qu'il va y avoir de la vague et cela peut être assez rude ! Ensuite il y a la sortie du golfe du Gascogne. Même les marins du Vendée Globe qui font pourtant le Tour du monde le considèrent comme le pire passage, avec tous les phénomènes météo qui s'y produisent. Une fois que nous serons sortis de la pointe espagnole, du cap Finistère, ça devrait dérouler, mais on n'est jamais à l'abri de rien !

Comment se passent les derniers jours avant le départ ? Privilégiez-vous l'entraînement ou le repos ?

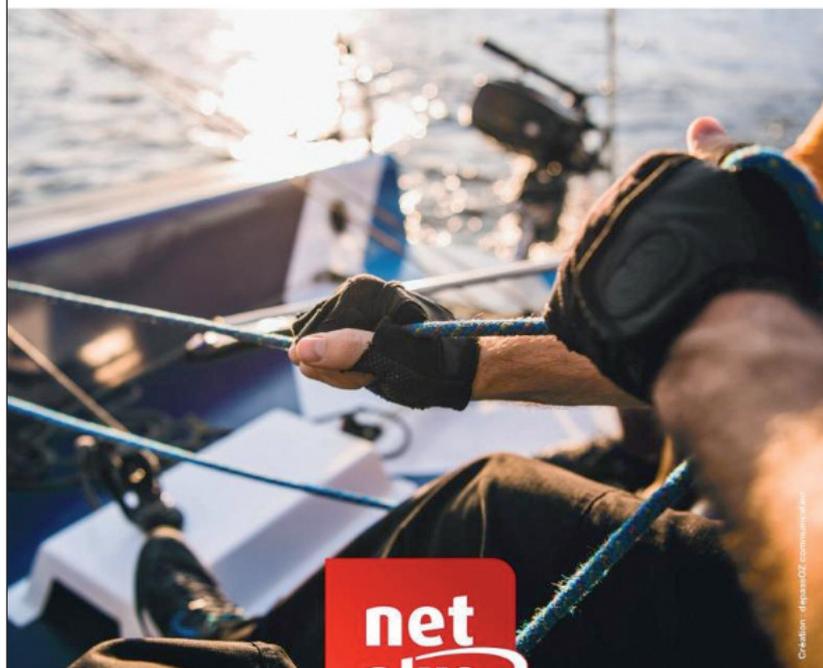
Ça dépend de la maturité des projets. Moi, typiquement, ma première année, lors des derniers jours, nous étions encore en train de travailler sur le bateau ! Aujourd'hui, c'est mon 4e séjour sur le bateau donc dès la mi-octobre, tout est prêt. Il y a toujours des finitions de dernière minute mais nous travaillons surtout la météo. Nous faisons aussi du sport pour rester en forme et sans oublier de se reposer. C'est hyper important de partir avec les valises pleines ! Nous voyons aussi nos partenaires pour les faire profiter de tout cela avant le départ.

Quelles relations entretenez-vous avec vos partenaires principaux, le Groupe Lamotte et Module Création ?

J'ai rencontré Jean-Marc Trihan (Groupe Lamotte) il y a plusieurs années, puis Jean-François Hamon (Module Création). Ce sont des partenaires à dimension humaine, je peux échanger avec eux régulièrement. En plus, ce sont des navigateurs, ils savent ce que c'est que de naviguer, ils comprennent ce que je vis. J'ai une très bonne relation avec eux, j'ai beaucoup de chance ! ■

RECUEILLI PAR MÉLANIE DUROT

**CHACUN SES GANTS,
CHACUN SES PERFORMANCES ;)**



LA PROPRETÉ, LA CONFIANCE EN PLUS

LAMOTTE

Faites le choix d'un appartement neuf à Rennes métropole



ACIGNÉ

2 PIÈCES À PARTIR DE 158 500 € ⁽¹⁾



LES QUATRE SAISONS

Centre-ville, 5 rue du Calvaire.
30 appartements du 2 au 5 pièces.
Balcon, terrasse et jardin privatif. Belles expositions.
Commerces et services à pied.



GREEN ACADEMY

Rue de Châteaugiron.
Appartements du studio au 2 pièces.
Espaces communs et services.
Ascenseur, stationnements et locaux vélos.
Commerces et services à pied.



RENNES

STUDIO À PARTIR DE 136 000 € ⁽²⁾

Co-réalisation : Lamotte / Bouygues Immobilier.



PONT-PÉAN

TERRA COTTA

Centre-ville,
64 route de Nantes.
35 appartements
du 2 au 4 pièces.
Balcon, terrasse et jardin
privatif.
Belles expositions.
Commerces et services
à pied.



LA CHAPELLE-DES-FOUGERETZ

LES ALLÉES FOUGERETZ

Centre-ville,
rue des Carlets.
48 appartements
du 2 au 4 pièces,
dont 13 labellisés
Passivhaus*.
Balcon ou terrasse.
Commerces et services
à pied.

02 99 67 71 41 ■ LAMOTTE.FR

LAMOTTE - 5 boulevard Magenta - RENNES



RCS 729 200 998 - Architectes : Paumier Architectes Associés, Q+P Architecture, ACDM/MOTEC, a/LIA architectes - urbanistes. Perspectives extérieures et intérieure non contractuelles.

(1) Lot n°008, 2 pièces vité 41,91 m² avec terrasse de 5,74 m² et stationnement. (2) Lot n°A112, studio de 22,07 m². *Le Passivhaus est un label accordé aux logements neufs dont les besoins en chauffage sont inférieurs à 15 kWh/m²/an.



SÉBASTIEN SIMON

« TERMINER AU MIEUX NOTRE AVENTURE »

ENGAGÉ EN 2021 AUX CÔTÉS DE YANN ELIÈS SUR SON IMOCA AUX PERFORMANCES TRÈS INTÉRESSANTES, SÉBASTIEN SIMON DISPUTE SA DERNIÈRE COURSE SOUS L'ÉGIDE ARKEA-PAPREC ET ENTEND BIEN CONCLURE L'HISTOIRE AVEC UN GRAND RÉSULTAT SUR LA JACQUES VABRE, AVEC LE PODIUM EN LIGNE DE MIRE, AVANT DE TOURNER LA PAGE ET DE DÉFENDRE DE NOUVELLES COULEURS.

Au moment de démarrer cette édition de la Jacques Vabre 2021, comment jugez-vous votre bateau ? Des modifications y ont-elles été apportées ?

C'est le même bateau qu'au dernier Vendée Globe dans le sens où nous n'avons pas apporté d'innovations technologiques mais il a été renforcé et fiabilisé. Après l'échec du Vendée, où j'avais, comme cela peut arriver à

tout navigateur, heurté un ofni (ndlr : objet flottant non identifié), nous avons consolidé l'embarcation et des heures de mer étaient nécessaires pour repartir sur une transat comme la Jacques Vabre. Nous avons pu réussir en duo avec Yann de belles courses sur la Rolex Fastnet Race ou l'Azimut, où il n'a pas manqué grand-chose pour l'emporter. Le bateau est performant, nous avons navigué au

total depuis août plus d'une vingtaine de jours entre les compétitions et les sorties avec les partenaires et le résultat est plutôt prometteur.

Quels enseignements, avec le recul, tirez-vous de votre aventure sur le Vendée Globe ?

On parle d'une aventure, c'est le mot, à part entière. J'ai toujours rêvé de cette course et j'en rêve encore plus désormais, avec l'envie d'y retourner. Elle reste un échec même si j'étais en 4e position quand j'ai abandonné. Avec la suite des événements, on a pu voir que l'issue a profité à ceux qui étaient placés plutôt qu'en tête. C'est une épreuve incroyable, une superbe expérience. J'ai beaucoup appris techniquement, c'est un projet difficile qui nécessite beaucoup de sacrifices mais l'édition 2024 est déjà dans un coin de la tête !

« C'EST UNE COURSE SUR LA DURÉE, PAS UN SPRINT »

Pour la prochaine Jacques Vabre, quelles seront vos ambitions ?

Au vu des possibilités du bateau mais aussi de l'expérience de Yann, qui a déjà remporté huit fois cette épreuve, nous nous devons d'être ambitieux. L'objectif que nous nous sommes fixés sera le podium. C'est une course sur la durée, pas un sprint et la gestion mécanique ainsi que notre entente seront des facteurs décisifs pour performer.

Comment vit-on en mer avec Yann Eliès et comment fonctionne le binôme ?

Une transat en duo, c'est toujours très différent d'une course en solitaire, bien entendu et peut-être même plus compliqué sous certains aspects. Il faut composer avec son coéquipier, 24 heures sur 24, se respecter l'un et l'autre et ne pas trop étaler ses affaires (rires) ! On partage tout, la nourriture, le sommeil, les tâches techniques et physiques à bord et de ce fait, on est peut-être encore plus souvent en action. Sur les bateaux, tout va toujours plus vite, tout le temps. Les manœuvres se font à deux, les décisions doivent s'accorder.

Et avec Yann, tout cela se fait naturellement ?

Nous nous connaissons depuis que je suis sur le circuit pro, nous nous

étions rencontrés au pôle Finistère. Quand je suis arrivé dans le monde de la course au large, c'était lui le leader. J'ai appris à le connaître et en mer, ça fonctionne bien. Question caractère, il met peut-être un peu moins les formes mais ça fait partie de son charme ! J'ai aussi mon caractère, peut-être complaisant mais pas toujours diplomate mais nous fonctionnons bien et j'apprends beaucoup à ses côtés.

Ce sera votre dernière course sous la bannière Arkea-Paprec. Comment vivez-vous la fin de cette aventure ?

Mon projet avec Arkea-Paprec s'arrête en effet à la fin de cette Jacques Vabre. Ils ont choisi un autre skippeur et un autre projet pour la suite. Je n'ai pas envie d'ajouter quoi que ce soit sur ce plan-là mais côté voile, je suis avant tout un compétiteur, un sportif qui veut gagner et aller le plus haut possible. Nous allons tout faire pour terminer au mieux l'aventure avant de nous tourner vers d'autres horizons pour la suite. ■

RECUEILLI PAR JULIEN BOUGUERRA

L'HISTOIRE DE LA COURSE

1993

Création de la Route du Café, course en solitaire du Havre à Cartagena en Colombie

1995

La Transat Jacques Vabre devient une course en double

2001

Nouvelle destination. Cap sur le Brésil, Salvador de Bahia

2009

La course s'ancre au Costa Rica à Puerto Limon

2013

Retour au Brésil, avec une nouvelle escale : Itajaí

2017

La Transat Jacques Vabre retourne à Salvador de Bahia au Brésil

2019

Une année exceptionnelle avec 59 concurrents

2021

Destination la Martinique

Avec ARKEA
soutenez
la SNSM



1 clic = 1€⁽¹⁾

RDV sur les
réseaux sociaux
< ARKEA PAPREC
Sailing Team >



L'AUDACE
SOURCE INÉPUISABLE
D'ÉNERGIE | 2021 - TRANSAT
JACQUES VABRE

Credit photo : Elie Stichelbaut - 023569-00.

ARKEA*

PARTENAIRE COMMUNICATION ET SYNERGIES DES FILIALES DU GROUPE CRÉDIT MUTUEL ARKEA



*Arkea, Société Anonyme au capital de 40 000 Euros - Siège social : 1 rue Louis Lichou 29480 LE RELECQ-KERLON - 818 373 250 RCS Brest.
(1) dans la limite de 10 000 €. L'opération prendra fin une fois ce montant atteint ou au plus tard le 1^{er} décembre 2021.

www.teamarkeapaprec.com

LES CORMORANS VEULENT BRISER LA GLACE

ANCRÉ EN D3 DEPUIS DE LONGUES ANNÉES, LE RENNES CORMORANS HOCKEY CLUB PEINE À ENCLENCHER UN CERCLE VERTUEUX DE VICTOIRES. MALGRÉ LE BON ÉTAT D'ESPRIT DU GROUPE, LES DIFFICULTÉS SONT LE PAIN QUOTIDIEN DE LYDIE LESNÉ, PRÉSIDENTE, ET D'YVEN SADOUN, L'ENTRAÎNEUR-JOUEUR. À L'OCCASION DU DÉMARRAGE DE LA SAISON 2021-22, ILS SE SONT CONFISÉS SUR LES DÉSAGRÈMENTS ACTUELS MAIS AUSSI SUR L'AVENIR DE LEUR CLUB.

CRÉDIT PHOTO CHARLOTTE TACARLO



le moment, je n'ai pas la clé. Il ne nous manque pas grand-chose pour que ça tourne dans le bon sens. »

De son côté, Lydie Lesné constate des progrès depuis ces dernières années : « Je suis contente de ce début de saison, nous commençons bien mais il nous manque sans doute des heures de glace pour continuer de progresser. »

Des heures de glace mais aussi plus de moyens financiers : « Il y a peu de visibilité du hockey donc peu d'argent en jeu », résume Yven Sadoun.

C'est un fait : le hockey sur glace n'est pas le sport le plus populaire en Bretagne, comme en témoigne le peu de patinoires présentes dans la région. Avec seulement trois autres clubs Bretons de hockey (Languieux en Côtes d'Armor, Brest dans le Finistère et Lanester dans le Morbihan), le recrutement n'est pas chose aisée. Ni pour l'équipe de D3, ni pour l'équipe des bénévoles dont Lydie Lesné a toujours besoin pour fonctionner, notamment les soirs de matchs. Pourtant, avec plus de 200 licenciés cette année, le hockey-sur-glace ne s'est jamais aussi bien porté à Rennes. Un engouement qui se traduit également dans les tribunes avec de nombreux passionnés venus acclamer la seule équipe brétillienne du département, face à Orléans : « A terme, on veut voir la patinoire du Blizz pleine. Que les gens viennent le samedi soir comme ils vont au cinéma ! »

Plus que jamais, le Rennes Cormorans Hockey Club a besoin de soutien(s) dans les tribunes et en dehors. Les prochains rendez-vous à la patinoire du Blizz, au-delà des résultats, donneront la tendance de la suite, ou non, de la montée en régime du club cette saison, qui au-delà des victoires, veut continuer de construire les piliers en vue d'un futur plus ensoleillé et enfin briser la glace sur le terrain du succès. Ce ne serait qu'une juste récompense pour un club pas prêt de lâcher l'affaire ! ■

« Il y avait beaucoup d'envie pour cette première à domicile mais quelques fois, le jeu tue l'enjeu », déplore Yven Sadoun, encore sonné par la défaite. Défaits 3 à 1 sur la glace de Limoges puis 4 à 1 sur celle de Tours, les Cormorans avaient à cœur d'engranger leurs premiers points à la patinoire du Blizz, face aux Renards d'Orléans. Malgré une belle opposition et des retournements de situation, les Rennais se sont inclinés (5-7).

Depuis le début de saison, la formation rennaise n'est pas épargnée par les pépins physiques, avec déjà 5 titulaires blessés, ce qui fait enrager l'entraîneur-joueur : « Nous jouons de malchance. Ne pas pouvoir rivaliser avec ses armes complètes, c'est handicapant et vraiment usant. »

Des résultats négatifs certes, mais qui laissent entrevoir une belle évolution selon Lydie Lesné, la Présidente du club : « Nous avons une équipe qui tient la route, capable d'imposer son jeu et je suis certaine que cela va payer à un moment ou à un autre ».

« IL Y A PEU DE VISIBILITÉ DU HOCKEY DONC PEU D'ARGENT EN JEU »

Non, le tableau n'est pas tout noir non plus pour le coach-joueur qui trouve aussi du positif comme la faculté des Cormorans à revenir au score et à ne rien lâcher sur la glace ou l'intégration des nouvelles recrues : « Il faut que tout ça se traduise par une victoire. Dans nos objectifs, nous souhaitons aussi avoir plus de structuration au niveau du club. Il faut créer le dynamisme qui nous permettra de passer une étape. Nous devons construire étape par étape mais pour

MÉLANIE DUROT

BOB+

Litiges de transport Destockages

+ Electroménager...

+ Bricolage... Peinture...

+ Mobilier... Canapés... Literie...

5, rue Jean-Le-Hô
ZI. route de Lorient
Rennes

Tél : 02 99 59 13 48

Voir aussi notre boutique sur Le Bon coin



CRÉDIT PHOTOS CPB BRÉQUIGNY

LE CPB BRÉQUIGNY CHAMPION TOUS TERRAINS

DES DISCIPLINES MOINS CONNUES COMME LA NATATION AVEC PALME OU ENCORE L'ACROSPORT FONT LA FIERTÉ DU CPB BRÉQUIGNY. TOUJOURS AUSSI PERFORMANT, LE CLUB RENNAIS EMPILE LES BONS RÉSULTATS DÉPASSANT TOUTES LES ESPÉRANCES. POUR SON DIRECTEUR, YANN CHAINEAU, LA FIERTÉ ET LA SATISFACTION PAR LES RÉSULTATS DE TOUT LE TRAVAIL CONSENTI EST À SAVOURER SANS MODÉRATION.

« Jusqu'à présent, nous ne mettions pas en avant nos résultats sportifs mais cette année nous avons décidé, tous ensemble, d'en parler et de faire connaître les performances de nos sportifs ! », introduit Yann Chaîneau, directeur du CPB Bréquigny. A Breq', le grand public connaît déjà la section

comme le badminton, le judo et donc la natation avec palme, la natation ou encore l'acrosport, cartonnent. Chez les nageurs, les résultats sont impressionnants. Côté nage avec palme, la jeune Anaïs Verger est devenue championne du monde par équipe en Colombie. Lors de cette compétition, la France est même devenue deuxième meilleure nation derrière la

Russie. Depuis 2015, la délégation tricolore n'avait pas décroché de si bon classement dans cette catégorie. Lors des Jeux Paralympiques, le CPB Bréquigny était également à l'honneur grâce à Anaëlle Roulet, aussi licenciée aux Sables d'Olonne. Elle n'en était pas à sa première tentative, elle a participé au Championnat d'Europe en 2021.

Toujours dans les bassins, Paul-Hugo Guegnard s'est qualifié pour participer à la Coupe des confédérations méditerranéennes avec l'équipe de France. Auparavant, ce dernier s'étaient aussi illustrés avec ses performances lors des championnats de France avec deux médailles d'or en 200m brasse et en 400 m x 4 nages. « Ce ne sont pas forcément des jeunes qui rêvaient de médailles ou des choses comme ça, mais grâce à l'encadrement du CPB des entraîneurs, ils peuvent espérer aller loin », ajoute Yann Chaîneau. Tous ces sportifs mènent de front cette carrière de sport amateur de haut niveau mais aussi une vie à côté, que ce soit dans

les études ou au travail.

Du côté des tatamis, un duo et un trio ont participé aux championnats d'Europe d'acrosport, et ont terminé tous les deux dans le top 10, ce qui leur ouvre les portes à un avenir international. Cela serait une première pour le Cercle Paul Bert. « Ce n'était pas gagné pour nous d'avoir tous ces résultats à la sortie de plusieurs mois de Covid, il y avait moins d'entraînement et nous avons peur que les licenciés arrêtent. Mais tout le monde a gardé la motivation, et nous sommes dans la continuité de ce qu'on fait. » Ouvert à tous et à tous les niveaux, tout le monde a le droit à la même qualité d'entraînement mais pas à la même quantité. « Nous souhaitons accueillir le plus grand nombre pour faire grandir notre section et se donner toutes les chances d'aller encore plus haut », conclut Yann Chaîneau. Avec ces résultats prometteurs, nul ne peut interdire aux Cerclistes de rêver à une présence dans les bassins pour Paris 2024 ! ■

MARIE MARTEL



Les futurs pros de l'info !



BACHELOR JOURNALISME TITRE CERTIFIÉ BAC+3

- TV, RADIO, PRESSE ÉCRITE, WEB
AU CNJ, NOUS FORMONS
DES **JOURNALISTES PLURIMÉDIA**
- NOS INTERVENANTS SONT DES
JOURNALISTES PROFESSIONNELS
EN ACTIVITÉ
- **DU MATÉRIEL DE PRO**
DANS NOS LOCAUX DE NANTES PARIDIS
(STUDIOS RADIO ET TV, CAMÉRAS)
- ACCRÉDITATIONS, REPORTAGES,
STAGES : ACTIVEZ **VOTRE RÉSEAU !**
- **SPÉCIALITÉS** : SPORT, CULTURE,
POLITIQUE, ENVIRONNEMENT...

LES PRODUCTIONS CNJ

- UN SITE PROFESSIONNEL
WWW.LAREDAC.MEDIA
- LE JOURNAL ADN
TRIMESTRIEL - 7000 EXEMPLAIRES
- DES **PODCASTS** THÉMATIQUES
- DES ÉMISSIONS TV

**PORTES OUVERTES
CANDIDATURES**

contact@cnj44.com
02 55 59 93 19

CENTRE NANTAIS DE JOURNALISME
2, Impasse Joseph Marie Fourage
44300 NANTES

OÙ VOUS PROCURER "JRS" CHAQUE MOIS

(SORTIE
CHAQUE
DÉBUT
DU MOIS)

RENNES SUD

CENTRE ALMA

Restaurant le Continental

CENTRE ALMA

Restaurant Nachos

CPB RAPATEL POTERIE

3, Rue Rapatel

CPB BLOSNE SAVARY

4, Rue de l'Andorre

CPB BREQUIGNY

10, Boulevard Albert 1^{er}

CPB BLOSNE LANDREL

10, Chemin du Landrel

PISCINE BREQUIGNY

10, Boulevard Albert 1^{er}

SALLE COLETTE BESSON

12, Boulevard Albert 1^{er}

SUPER U

SARAH BERNHARDT

Boulevard de l'Yser

RENNES EST

U EXPRESS ST-HELLIER

75, Rue Saint-Hellier

CENTURY 21

27, bd René Laennec

RENNES NORD

Les 3 BRASSEURS

316, rue de St-Malo

CPB LONGCHAMPS

60 Rue des Doyens Albert

et Pierre Bouzat

CPB NORD OUEST

28, Rue Charles Géniaux

CPB GINGUENE

13 bis Rue Ginguéné

CPB GAYEULLES

12, Rue les Longs prés

INTERMARCHÉ

LONGCHAMPS

Allée Morvan Lebesque

INTERMARCHÉ LEGAST

1, rue Alexandre Lefas

LOCAL RUGBY KROGIT

Rue du Prof. M. Audin

PISCINE DES GAYEULLES

16 Avenue des Gayeulles

SUPER U

Rue de Fougères

RENNES CENTRE

CPB SIÈGE

30 bis rue de Paris

GARE SNCF

Boulangerie, Kiosque

GROUPE LAMOTTE

5, Boulevard Magenta

HOTEL CAMPANILE

28, Avenue Janvier

LE CAFE DE RENNES

12, Place de la gare

LE CAFE NOIR

55, Avenue Janvier

LES SAVEURS

DE JOSEPH

30 bis, Avenue Janvier

KEEPCOOL RENNES

COLOMBIER

2, Place du Colombier

SAN REMO

7, Place de la gare

PIGEAULT IMMOBILIER

25, rue de la monnaie

SPEEDBURGER

Bd de la tour d'Auvergne

SURCOUF

13, Place de la gare

U EXPRESS HOCHÉ

Place Hoche

U EXPRESS

RUE DE BREST

21, Rue de Brest

RENNES OUEST

BILLARD POOL SHOP

1c Rue Jean Lemaistre

BOB+

5, Rue Jean Le Ho

CARREFOUR MARKET

95 Rue de Lorient

CPB CLEUNAY

2, Bd de la Guérinais

CPB VILLEJEAN

4 bis Square du Berry

LE VALY

148 Bis Route de Lorient

RESTAURANT FLUNCH

Centre Commerc. Cleunay

SOCCER RENNAIS

35, Manoir de Servigné

TAVERNE MAITRE KANTER

Route de Lorient

U EXPRESS

BEAUREGARD

14, Avenue Cucillé

LIFFRÉ

SUPER U

98, Rue de Rennes

L'HERMITAGE

SUPER U

Rue de Rennes, La Musse

MELESSE

CYCLEXPERTS

112, Route du Meuble

H ET H RENNES

Route du Meuble

62, Rue de la Besneraye

KARTING CAP MALO

Av. Phare du Grand Lejeon

SUPER U MELESSE

ZA de la Métairie

Quartier Libre

URBAN SOCCER

CAP MALO

Avenue du phare du Grand

Lejeon, CC Cap Malo

WOUPI

Av. Phare du Grand Jardin

MONTFORT SUR MEU

SUPER U

ZC Launay Quéro

MORDELLES

SUPER U

Avenue des platanes

NOYAL-CHATILLON

SUPER U

Avenue des Platanes

NOYAL-SUR-VILAINE

CENTRE LECLERC

ZAC Le Chêne Joli

PACÉ

CANADIAN STEAK HOUSE

Av. Phare du grand jardin

LE COQ EN PAT

Centre Commercial CORA

PLÉLAN-LE-GRAND

SUPER U

Rue de la Vallée du Cast

PONT-PEAN

U EXPRESS

31, Avenue du chemin Vert

SAINT-GRÉGOIRE

AQUATONIC

RENNES SPORT présente les jours de match (à l'occasion du premier match du mois) au Roazhon Park, à la Glaz Arena, à Colette Besson et à la Ricoquais !



ACIGNÉ

CARREFOUR CITY

Ccial les Clouères

BAIN DE BRETAGNE

CENTRE LECLERC

27, Rue des Estuaires,

P. Activités Château Gaillard

SPORT 2000

29, rue des Estuaires,

BETTON

DECATHLON BETTON

Village Sport

BRUZ

BREIZH PADEL

Les Perruches - Le Reynel

SUPER U

12, Place de Bretagne

INTERMARCHÉ

Ccial Cap-Vert

2, Place du Vert-Buisson

CESSON SEVIGNÉ

CARREFOUR CESSON

Route de Domloup

TOTEM FORMATION

35, avenue des Peupliers

CHOPE ET COMPAGNIE

1 rue de la carrière

G20

Centre Commercial Beau-

soleil, 38 Rue du Muguet

GLAZ ARENA

Parc de la Monniais

IBIS PRO

La Rigourdière

LE CASIER À BOUTEILLES

10 Route de Fougères

LE COSY

9B Rue de Paris

NET PLUS

60 A Rue de la Rigourdière

VISUAL OPTIC

8, Place de l'église

VOLVO

1, Allée de Bray

GULLI PARC

13, rue du Rocher

CHANTEPIE

DECATHLON CHANTEPIE

3, Rue du Moulin

CHARTRES de BRETAGNE

CARREFOUR MARKET

Rue de la Croix aux Pottiers

CHATEAUGIRON

HYPER U

Le Petit Launay

CHATEAUBOURG

SUPER U

Avenue de la Bretonnière

COMBOURG

HYPER U

7, Avenue des Erables

GEVEZE

CARREFOUR MARKET

31, Rue de Rennes

Centre Com. La Flume

GUICHEN

SPORT 2000

ZA Les Grès Madame

SUPER U

ZA Les Grès Madame

LAILLÉ

CARREFOUR MARKET

Rue du Point du jour

LE RHEU

U EXPRESS LE RHEU

Rue de Cintré

SUPER U

Avenue des Acquêts

LA CHAPELLE

DES FOUGERETS

UTILE

1, rue de la Mairie

LA MEZIERE

CANADIAN STEAK HOUSE

ZAC de Cap Malo

CAP MULTISPORTS

ZA de la Montgervalaise

GO SPORT

CC Cap Malo

GOLF CAP MALO

CC Cap Malo

NEW JUMP

ZAC de Cap Malo,

Av. du Phare de la Balue

Retrouvez notre carte interactive sur www.rennessport.fr

Nous, on préférera toujours
aider le club sportif du coin
plutôt que donner de l'argent
à un actionnaire très loin.

Commerçants autrement



- La Tour d'Auvergne Football Rennes
- Cercle Paul Bert Rennes
- USPSJ FOOT
- Le Marathon Vert de Rennes
- Moto cross Nathan Locht
- Lucas Letaconnoux BMX Rider
- St Jacques Pétanque
- REC Volley 35



EN EXCLUSIVITÉ dans votre SUPER U Rennes Sarah Bernhardt

Chez U, on carbure à la transparence. Pour atténuer la hausse du prix du carburant votre SUPER U supprime sa marge !



TOUT LE MOIS DE NOVEMBRE
**CARBURANT
À PRIX
COÛTANT**

L'énergie est notre avenir, économisons-la.
* Prix coûtant + Prix d'achat + taxes (compétitivité TVA)

TOUS LES SAMEDIS DE NOVEMBRE

Venez tenter
votre chance
sur notre
bonne jeu

À GAGNER!

**3 CHARIOTS
DE COURSES**
D'UNE VALEUR DE 100€ CHACUN



3 chariots de courses offerts, un le 10/11, le 18/11 et le 25/11/2021. Tirage au sort et annonce des gagnants le lundi 22/11/2021.

JEUDI 11 NOVEMBRE Ouverture de 8h30 à 13h

10€ EN BON D'ACHAT
dès 50€ d'achat

* Non cumulable avec les autres offres promotionnelles, hors produits hors rayon alimentaire, hors produits hors rayon alimentaire, hors produits hors rayon alimentaire.

VENDREDI 12 NOVEMBRE

**30%
EN BON
D'ACHAT***

au rayon
**BOUCHERIE
TRADITIONNELLE**

* Non cumulable avec les autres offres promotionnelles, hors produits hors rayon alimentaire, hors produits hors rayon alimentaire.



SAMEDI 13 NOVEMBRE

Dès 60€ d'achat recevez un bulletin de participation en caisse

Tentez de gagner

2 PLACES POUR LE
MATCH DE FOOT
Rennes vs Montpellier

10 € d'achat minimum. Tirage au sort le 10/12/2021.



DU 15 AU 20 NOVEMBRE

Dès 50€ d'achat en magasin

10€ EN BON D'ACHAT*
à utiliser sur votre
prochaine commande

* Non cumulable avec les autres offres promotionnelles, hors produits hors rayon alimentaire, hors produits hors rayon alimentaire.

JEUDI 18 NOVEMBRE

**30%
EN €
CARTE U***

au rayon
POISSONNERIE

* Offre réservée aux possesseurs de la Carte U.



VENDREDI 19 NOVEMBRE

**30%
EN BON
D'ACHAT***

au rayon
**CHARCUTERIE
TRAITEUR TRADITIONNEL**

* Non cumulable avec les autres offres promotionnelles, hors produits hors rayon alimentaire, hors produits hors rayon alimentaire.



JEUDI 25 NOVEMBRE

**30%
EN €
CARTE U***

sur les
**CHOCOLATS
DE NOËL**

* Offre réservée aux possesseurs de la Carte U.



VENDREDI 26 NOVEMBRE

**30%
EN BON
D'ACHAT***

au rayon
**BOULANGERIE
PÂTISSERIE
VIENNOISERIE**

* Non cumulable avec les autres offres promotionnelles, hors produits hors rayon alimentaire, hors produits hors rayon alimentaire.





FAN DE RUGBY ?

**SOUTENEZ LE
XV DE FRANCE
SUR GRANDS
ÉCRANS**

RESTAURANT & SPORTS BAR
12 PLACE DE LA GARE, 35000 RENNES

LE CAFÉ DE RENNES