

CLAIRE SCHEID

« IL FAUT QUE JE REPRENNE CONFIANCE EN MES GENOUX ! »

UN GENOU D'ABORD, PUIS LE SECOND... L'ARRIÈRE GAUCHE DES ROSES A CONNU UNE PÉRIODE COMPLIQUÉE DEPUIS DEUX ANS. CETTE ANNÉE 2022 DOIT ÊTRE CELLE DU RETOUR DE CLAIRE SCHEID À SA PLACE, LEADER EN DÉFENSE ET FORMIDABLE TIREUSE À DISTANCE, SUR LE TERRAIN ! C'EST LÀ AUSSI TOUT SON OBJECTIF, RETROUVER SON NIVEAU POUR AIDER LE SGRMH À SE MAINTENIR ET À FAIRE DU MIEUX POSSIBLE D'ICI À FIN MAI.

RECUEILLI PAR MARIE MARTEL



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	31-24
J09 - CLERMONT - SGRMH	30-18
J10 - SGRMH - OCTEVILLE	30-26
J11 - STELLA - SGRMH	37-24
J12 - SGRMH - LE HAVRE	25-27
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

CLASSEMENT

1- St-Amand 32 (12 m.) ; 2- Stella St-Maur 30 (12) ; 3- Aulnoye 27 (11) ; 4- Noisy-le-Grand 26 (12) ; 5- Le Havre 25 (12) ; 6- Nîmes 24 (11) ; 7- Vaulx-en-Velin 24 (12) ; 8- Bègles 23 (10) ; 9- Clermont 23 (12) ; 10- Achenheim 22 (10) ; 11- St-Grégoire 18 (12) ; 12- Rochechouart 16 (10) ; 13- Octeville 15 (11) ; 14- Cannes 11 (11)

Tu as fêté la nouvelle année en retrouvant les terrains après presque deux saisons sans jouer. Le soulagement doit être grand ! Comment te sens-tu ?

J'ai joué trois matchs en janvier, en effet et je suis vraiment contente ! Ça fait vraiment du bien de reprendre la compétition même s'il est vrai que c'est encore un peu compliqué. Il reste des douleurs, les semaines ne se ressemblent pas. Certaines douleurs persistent car sur la dernière blessure beaucoup de choses ont lâchées dans le genou, entre le ménisque, les ligaments internes et les ligaments croisés. Il va falloir que je m'habitue aux douleurs. Il est aussi possible qu'elles partent d'elles même, sans que je m'en rende compte. J'essaie de ne pas trop me prendre la tête pour avancer le plus sereinement possible. Bien sûr, au fond de moi, j'aimerais que d'un claquement de doigt, toutes les douleurs partent et retrouver mon niveau d'avant.

« JE NE NOUS RESENS PAS COMME UNE ÉQUIPE AYANT LE COUTEAU SOUS LA GORGE »

Comment s'est déroulée ta rééducation et comment as-tu orchestré ton retour sur le terrain ?

Une fois que je me suis sentie prête et que nous étions tous d'accord avec les dirigeants et le staff technique et médical, j'ai pu rejoindre le groupe. C'était en décembre. La rééducation, ce n'est pas du tout pareil que le fait de jouer, il y a beaucoup d'impact sur

le genou. Je participais à l'échauffement, puis aux petits jeux sans contact et à l'échauffement des gardiennes aussi. Après, je me mettais à côté et je faisais mes propres exercices comme du shoot. Au fur et à mesure, je venais sur les oppositions mais en défense car il y a moins de contacts et c'est moins violent que l'attaque. Dès que je sens que j'ai mal, je fais attention et je peux en parler librement avec Olivier, qui m'écoute et me permet de travailler à l'écart quand j'ai vraiment trop mal. J'ai un peu plus en peur en attaque car c'est sur cette phase que je me suis fait mal. Je vois des évolutions toutes les semaines. Il faut que je reprenne confiance dans mes genoux !



DEPUIS 1983 Au service des professionnels

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


