



## ROMAIN LAGARDE

MADE IN BZH !



p. **8**

**HB SAINT THO**

DU RENOUVEAU ET PLEIN D'ESPOIR



p. **30**

**M. & B. POUPEL**

FRÈRES ET ARBITRES



**Pas besoin d'être un athlète  
pour porter les couleurs de Paris 2024.**

**Particuliers et Professionnels, découvrez la gamme  
complète des nouvelles cartes Visa Caisse d'Épargne.**



# SOMMAIRE



p. **6** **REPORTAGE**  
**LA FÉMINISATION**  
AU COEUR DU HANDBALL



p. **8** **ZOOM** sur un club breton  
**HB SAINT THO**  
DU RENOUVEAU ET PLEIN D'ESPOIR



p. **12** **PORTRAIT** breton  
**ROMAIN LAGARDE**  
MADE IN BZH



p. **14** **HBZH**  
**LES PÔLES ESPOIRS**  
LE HANDBALL BRETON CHAMPION DE FRANCE !



p. **16** **ZOOM** sur un club breton  
**CO PACÉ**  
UNE COMMISSION JEUNE AU CLUB



p. **19** **ZOOM** sur un club breton  
**BREST BRETAGNE HANDBALL**  
FÊTE SES 10 ANS !



p. **21** **PORTRAIT** breton  
**DAVID FER**  
UNE PASSION, UN CLUB !



p. **22** **HBZH**  
**DÉMARCHE RSE**  
LA LIGUE DE BRETAGNE S'ENGAGE !



p. **24** **PORTRAIT** breton  
**SANDRA POUCHARD**  
L'INOXYDABLE REMPART



p. **26** **HAND** séance  
**BABY HAND**  
DÉCOUVREZ LA SÉANCE DE GIOVANNI



p. **28** **INTERVIEW** croisée  
**LUCAS VAX & MATHIEU KREISS**  
ENTRAÎNENT LES GARDIEN-NES



p. **30** **PORTRAIT** breton  
**M & B POUPEL**  
FRÈRES ET ARBITRES

## UN PETIT MOT DE ... Sylvie Le Vigouroux, Présidente LBHB

Merci !!

Notre magazine est de retour avec une nouvelle identité pour distinguer encore mieux notre beau territoire. A travers celui-ci, nous allons pouvoir retrouver vos histoires, découvrir vos actions, connaître votre actualité, vos rassemblements... un petit aperçu du Handball Breton !

Tous, depuis 2 ans, nous subissons cette pandémie mondiale en nous résignant par solidarité et pour espérer, mais accompagné de votre persévérance et de votre détermination nous avons tous participé au maintien du Handball en Bretagne !

Beaucoup de frustrations de la part de nos licenciés qui ont manqués les rendez-vous autour de nos terrains, de convivialités qui animent nos clubs mais désormais REGARDONS DEVANT !! Les beaux jours arrivent ... La tempête se calme !

Avec vous, nous devons « CRÉER ENSEMBLE LE HANDBALL DE DEMAIN ».

- S'engager : votre quotidien ...notre quotidien
- Simplifier : faciliter l'organisation de vos clubs
- Accompagner : notre défi pour faciliter votre quotidien
- S'adapter : prendre en compte vos attentes pour répondre au plus grand nombre
- Cibler : déterminer nos priorités
- Innover : une organisation unique avec des secteurs sur lesquels nous devons nous appuyer pour construire le Handball de demain
- Valoriser : je vous donne rendez-vous à la prochaine Assemblée Générale !

MERCI aux administrateurs et aux professionnels de la Ligue qui vous accompagnent tous les jours pour répondre à vos besoins.



## AVRIL & JUILLET BEACH HANDBALL

Campus Sport de Dinard (35)  
Regroupement de l'équipe de Ligue de Bretagne de Beach Handball du 21 au 22 avril 2022 et du 18 au 21 juillet.



## 2 AU 6 MAI INTERLIGUES MASC.

Saint Dié Les Vosges (88)



## 2, 3 & 4 JUIN GRAND STADE

Taulé (29) - Taulé Carantec Handball & Plouer-sur-Rance (22) - Beaussais Rance Frémue

## 9, 10 & 11 JUIN GRAND STADE

Vannes (56) - VAC Handball & Plouagat (22) - ALS Plouagat Handball



## BREIZH BEACH HANDBALL CUP

### 18 & 19 JUIN

Ploërmel (56) - Ploërmel Handball club

### 25 & 26 JUIN

Brest (29) - Brest Bretagne Handball

### 2 & 3 JUILLET

Loctudy (29) - HBC Bigouden

### 9 & 10 JUILLET

Cherruix (35) - Mesnil Roc'h Handball



## 18 JUIN ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA LBHB

Loudéac (22)



## 22 AU 24 JUILLET COUPE DES TERRITOIRES

Dunkerque (59)  
Rencontre de Beach Handball pour les équipes adultes Féminines et Masculines de la Ligue de Bretagne de Handball

LIGUE DE BRETAGNE DE HANDBALL (Association loi 1901) - 7, route de Vezin - CS 44006 - 35040 RENNES cedex  
Tél.: 02 99 31 33 88 - Web : www.handball-bretagne.bzh - Email : 5300000@ffhandball.net  
Représentant légal et directeur de publication : Sylvie LE VIGOUROUX. Responsable de la publication : Clémence KERVERDO  
Comité de rédaction de ce numéro : Philippe GRIJOL, Clémence KERVERDO, Vincent QUINTIN, Mayliss MOYA, Clara GALLO, Gérard CANTIN. Pierre-Jean DONNAY  
Photo de couverture : FFHandball / Iconsport - Création graphique : K-Unique  
Périodique Gratuit. ISSN 2646-5612. Date de dépôt Légal : Avril 2022. Date de parution : Avril 2022

# LA FÉMINISATION

## ENJEU AU CŒUR DES AMBITIONS DU HANDBALL FRANÇAIS



“ Nous pensons qu’il faut se lancer, on va forcément se tromper mais c’est normal, on apprend tous ! ”

**A** l’occasion de la semaine du « Sport Féminin Toujours », laquelle s’est déroulée du 14 au 20 février 2022, la ligue de Bretagne de Handball a souhaité mettre en lumière l’association Femix’Sports - FEMMES MIXITÉ SPORTS, qui s’engage et accompagne le développement et la promotion du sport au féminin et en mixité.

Depuis sa création, l’association Femix’Sports déploie un ensemble d’actions de nature à faire évoluer la représentation des femmes dans le sport. S’inscrivant en étroite collaboration avec le Ministère des Sports, elle préconise notamment des plans d’actions en concordance avec la feuille de route qu’elle a définie pour le développement et la promotion du sport au féminin et en mixité :

- Accès des filles et des femmes à la pratique sportive ;
- Accès aux postes à responsabilité ;
- Un traitement plus égalitaire des sportives de haut niveau ;
- Un meilleur accès des femmes aux fonctions d’arbitre dans le sport ;
- Une meilleure médiatisation du sport féminin ;
- Et bien sûr la lutte contre les discriminations et les violences faites aux femmes.

Au travers de son action, Femix’Sports s’engage à accompagner l’ensemble des fédérations et des associations qui entendent développer le

sport au féminin. Cela se traduit par exemple par l’accompagnement en formation des femmes dans leurs fonctions de dirigeantes, ou encore en s’engageant pour une médiatisation renforcée du sport féminin dans les médias. L’idée étant bien entendu de briser le plafond de verre encore existant aujourd’hui dans le sport français.

C’est à ce titre que l’association Femix’Sports s’est associée à la Fédération française de Handball, afin notamment d’organiser et de soutenir la reconversion des handballeuses de haut-niveau.

**Femix’Sports défend avant tout une mixité dans le sport** au travers par exemple d’expositions, de tables rondes ou de conférences, par lesquelles elle entend sensibiliser un large public sur cet enjeu de société, encore trop présent aujourd’hui.

Dans ce cadre, la Fédération française de Handball a lancé le 15 octobre dernier, la 4<sup>e</sup> édition de **l’Appel à Projet Hand pour elles** dont

l’objet est de faciliter l’accès à la pratique du Handball pour les jeunes filles et femmes qui en sont éloignées. La Ligue de Bretagne de Handball s’enthousiasme de voir 4 clubs bretons porteurs de différents projets dans le cadre de cet appel à projet : Bro Dreguer HB, Thorigné Fouillard Handball club, ALS Plouagat HB et ASC Maure Handball.

FEMIX SPORTS s’engage à **Contribuer** à une meilleure représentation des femmes dans le sport, à **Encourager** la mixité au service de la parité par des interventions et sensibilisations dans les écoles et les clubs sportifs, à **Accompagner** et former les femmes dans leurs fonctions de dirigeantes, quelles que soient leurs fonctions, à **Proposer** des expositions sur le thème de la mixité dans le sport pour des publics jeunes et adultes, **Organiser** des événements, participer à des conférences et tables rondes sur la question de la mixité dans le sport.

Suivez-les sur [Facebook](#), [Instagram](#), [Linkedin](#), [Twitter](#)

“ J’encourage les femmes à OSER s’engager, OSER aller plus loin, Savoir se faire confiance. ”

### LE MOT DE Marie-Françoise POTEREAU



Inspirante, Marie-Françoise POTEREAU Présidente de l’association est une ancienne sportive de haut niveau en cyclisme, son investissement pour la cause des femmes dans le sport et dans la société en général est sans doute dû à ce parcours réalisé dans cet environnement.

Débattre de ces sujets majeurs que sont l’équité entre les sexes, l’accompagnement des femmes aux postes à responsabilité, l’accès à la pratique sportive pour les femmes, tels sont les domaines d’expertises qu’elle a développés.

“ J’encourage les femmes à OSER s’engager, OSER aller plus loin, Savoir se faire confiance. J’ai l’ambition de construire le modèle de demain dans le sport : celui de l’équilibre Femmes/hommes ”.  
Marie-Françoise POTEREAU fait partie du groupe “ Femmes et Sport ” pour la candidature de PARIS 2024 et est nommée Vice-Présidente du CNOSF en charge de Paris 2024 et de la mixité.

### PORTRAITS DE BRETONNES

**L**a Ligue de Bretagne de handball a souhaité donner la parole à celles – entraîneuses, dirigeantes, joueuses, bénévoles – qui contribuent au développement et à la promotion du handball féminin ces dernières années en Bretagne.



Jennifer Fernandez.

33 ans, licenciée du Scorff Hand-ball et Présidente adjointe

« C’est un poste qui me plaît, qui me permet d’apporter une vision nouvelle, et d’essayer de mettre en place de nouvelles idées bénéfiques pour le club. Je souhaite également le développer car pour le moment nous n’avons que des équipes jeunes mixtes et masculines mais nous aimerions accueillir des équipes séniors et des équipes féminines. L’année prochaine nous créons une section U18. »



Anaëlle Droniou

24 ans, joueuse et vice-présidente du club de Plouaret

« J’ai toujours souhaité accompagner des équipes et leur faire partager ma passion. Je suis aujourd’hui vice-présidente du club de Plouaret qui est en reconstruction. J’encadre le baby hand avec des jeunes du club et je me suis investie, également, au club de Plestin avec les -18 garçons.

Encadrer des jeunes, suivre leur évolution, que ce soit les tout petits ou les plus grands, c’est un bonheur au quotidien! Je n’ai jamais rencontré de frein au fait d’être une femme et de pouvoir m’engager autant dans ce sport. Nous pouvons tous participer à la réussite de ce sport, homme-comme femme, chacun y a sa place. S’investir prend du temps je vous l’accorde, mais les retours sont d’autant plus gratifiants. »



Mathilde Le Maire

22 ans, joueuse en N2 au Cercle Paul Bert Handball et en formation TIV

« Actuellement en formation TIV à la Ligue de Bretagne de Handball, j’alterne entre pratique et théorie ce qui est très enrichissant pour compléter toutes les tâches que j’effectue au sein de mon club le CPB Rennes Handball. En tant que joueuse et en formation, il me paraît très important de mettre en avant les femmes dans le milieu du sport que ce soit en tant que joueuse, entraîneuse, éducatrice, dirigeante...et ainsi de montrer que ce domaine est accessible à toutes et tous. »



Gaëlle Auguste

Co-présidente au club de Locmaria

« C’est tout naturellement que je me suis investie au sein du club, tout d’abord en tant que secrétaire (licences, planning des matchs et remontée des feuilles de matchs à la main !!!). De 2017 à

2020 j’étais élue de secteur, responsable avec Arnaud Bizien du secteur Armor. Depuis 8 ans je suis en co-présidence au club.

Le moteur de mon investissement est les valeurs que véhiculent le sport co comme l’esprit d’équipe, le dépassement de soi et la convivialité. Pour l’instant, mon envie de jouer et tout donner sur le terrain, malgré mon âge, reste intacte et est donc prioritaire même si transmettre cette envie aux plus jeunes est aussi très motivant. »

# HB SAINT THO

## DU RENOUVEAU ET PLEIN D'ESPOIR

Le "HB ST THO", club de la commune de Saint Thonan sur le Pays de Landerneau-Daoulas, a traversé quelques mois difficiles récemment suite à la crise sanitaire comme beaucoup de clubs. Ayant été au bord de la mise en sommeil de l'association, ils ont su se relever et se réinventer en faisant preuve de coopération et d'abnégation. Aujourd'hui, c'est une nouvelle dynamique qui s'est installée et celle-ci est peut-être même plus forte qu'avant la crise... Nous avons été à la rencontre de plusieurs acteurs de ce renouveau :

### ÉCHANGES AVEC MICHEL MAZE ET CÉDRIC LE BRETON,

#### LE DIRIGEANT HISTORIQUE ET LE NOUVEAU PRÉSIDENT.

##### Pouvez-vous vous présenter en quelques mots ?

Michel MAZE, j'ai 51 ans. J'ai joué pendant 25 ans au niveau région. Je suis au club depuis 2003, tout d'abord en tant qu'entraîneur puis Président durant 10 ans. Je suis depuis cette saison membre du bureau. Cédric Le Breton, 39 ans, tout d'abord papa d'un jeune joueur évoluant depuis 2 ans au club chez les premiers pas. Je n'ai pas vraiment d'expérience dans le Hand mais beaucoup plus dans le milieu associatif. J'ai repris la présidence du club après Michel.

##### Pouvez-vous présenter le club de Saint Tho ainsi que son histoire ?

Le club a été créé en Mai 2001. Il dispose d'une école de hand depuis 2008. Nous avons eu plus de 100 joueurs des premiers pas aux Seniors en passant par les loisirs. Nous évoluons dans une très belle salle. Le club a formé un bon nombre de joueurs ces dernières années, une équipe dirigeante et des bénévoles impliqués ont fait grandir ce club. Récemment, la crise sanitaire a eu raison des bonnes volontés, ce qui a mis en péril son existence.

##### Que s'est-il passé ?

Lors de la saison 2019-2020 nous avons perdu 30% des effectifs puis 25% en 2020-2021. Le club était en perte de vitesse et la crise sanitaire a accéléré les choses. En février 2021, le club ne voyait pas le bout du tunnel et nous parlions de mettre le club en sommeil car nous n'avions pas de solutions à notre niveau. "Dans un premier temps Michel a énormément œuvré pour trouver des solutions pour éviter de fermer la structure." "Nous avons été en contact à plusieurs

reprises avec la Ligue de Bretagne de Handball. Avec l'aide de Vincent Quintin, en charge du développement sur notre secteur, nous avons établi plusieurs scénarios : optimistes et négatifs (arrêt du club, fusion, mise en sommeil, ...). Nous avons également réfléchi à comment repartir et avec qui car le manque de bénévole était notre principale inquiétude. Nous avons fait le choix de ne pas nous disperser et de repartir de la base : l'École de Hand

A partir de là, nous avons programmé plusieurs réunions et nous avons eu beaucoup d'échanges avec la commune et le club de l'Elorn Handball avec qui nous avions déjà des liens. "Michel a su tisser des liens avec l'Elorn HandBall et mobiliser des nouvelles personnes pour intégrer le bureau. Tout ça en reconcentrant le club sur la base : les plus jeunes. De mon côté, je trouvais normal d'intégrer le club de façon plus importante, pour éviter de le voir mourir. Ce type de structure est important sur une petite commune comme la nôtre. Avec la nouvelle équipe dirigeante nous allons donc faire en sorte de continuer ce travail et d'apporter notre touche au fil du temps. Nous avons une équipe dirigeante toute neuve et motivée ce qui devrait permettre de faire de belles choses !

##### Quelle organisation a été mise en place pour repartir en Septembre ?

"Nous avons réussi à faire perdurer l'entité "HB

ST THO". Nous avons à contre cœur arrêté les catégories moins de 11, moins de 13 et moins de 15. Nous avons proposé des solutions aux parents des joueurs de ces catégories pour se rapprocher de Plabennec, Gouesnou et Landerneau. Nous nous sommes concentrés sur les premiers pas et débutants pour un nouveau départ avec les enfants de cette catégorie et leurs parents.

Le but est de les fidéliser et de leur permettre la pratique sur les catégories moins de 11 ans et moins de 13 ans dans les années à venir."

"Un nouveau bureau avec en soutien les anciens membres a été constitué. Nous avons conservé nos créneaux d'entraînement pour les débutants et premiers pas grâce aux bénévoles,

aux membres du bureau et surtout la mise en place du partenariat avec l'Elorn HB. Virginie Pierre (Educatrice Sportive) vient donc encadrer les entraînements du samedi des débutants apportant ainsi ses compétences à nos jeunes. Nous accueillons également certains matchs de l'Elorn. Cela fait vivre notre salle et participe à la présence du handball sur la commune."

##### Quelles difficultés avez-vous rencontré ?

Avant que le projet ne se relance et avec la crise sanitaire, il a fallu remotiver chacun et également trouver de nouveaux parents pour repartir. Aujourd'hui, ce sont des problèmes liés à l'adaptation dont nous devons faire preuve face aux restrictions sanitaires.



Michel MAZE et Cédric LE BRETON

## 87 LICENCIÉS 2001 DATE DE CRÉATION



Équipe Premier Pas avec Alois et Olivia



Équipe U9

##### Quels sont les résultats de cette organisation ?

Au niveau licencié, nous repartons avec deux groupes avec 13 premiers pas et 13 débutants. C'est une baisse forcée mais c'est surtout un nouveau départ ! Concernant les bénévoles, il y a un nouveau souffle. Les parents viennent donner régulièrement un coup de main pour aider les coaches. De plus nous avons de « jeunes anciens licenciés du club » qui jouent aujourd'hui à l'Elorn Handball mais qui s'investissent au club. C'est une grande fierté et une grande réussite. La municipalité est très satisfaite et rassurée de voir le club repartir.

##### Quelles sont vos projets ? Avez-vous un message pour les autres dirigeants

A court terme, nous souhaitons consolider notre base de jeunes joueurs, concentrer nos efforts sur eux. A moyen terme, nous souhaitons créer une cohésion, une émulation autour de nos jeunes pousses et que le club grandisse avec eux. Cela passe par l'implication de tous les membres du

bureau, des parents dans la vie du club. Cela se fera progressivement mais nous avons des signes encourageants pour la suite. Les enfants sont également très motivés et s'amuse beaucoup, c'est déjà une première victoire pour nous !

Nous souhaitons également promouvoir le club et le hand au niveau local. Organiser des événements, séances de découverte sur la commune, l'école, la garderie... Le partenariat avec l'Elorn HandBall est un vrai plus pour nous accompagner dans ces démarches et disposer d'une ressource pour former en interne. Il ne faut pas lâcher ! Tout est possible si nous sommes tous impliqués et motivés !

“ C'est une grande fierté et une grande réussite ! ”

### QUESTION À 2 JEUNES LICENCIÉES Alois MAZE et Olivia CANN

#### Peux-tu te présenter ainsi que ton parcours dans le Handball ?

**Alois** "Je suis Alois MAZE, j'ai 14 ans je suis en classe de 3e. Je fais du HAND depuis 11 ans. J'étais au club de Saint Thonan jusqu'à l'année dernière, ensuite j'ai rejoint l'Elorn Handball vu qu'il n'y avait plus d'équipe."

**Olivia** "Je m'appelle Olivia Cann, j'ai 14 ans et je suis en 3ème également. J'ai commencé le handball lorsque j'avais 4 ans à Saint Thonan. Il y a deux ans, je suis partie pour jouer en excellence région à Landerneau."

**A & M** "Nous entraînons les premiers pas du club de St Tho depuis 4 ans. Nous aidions Carole GUILERM auparavant. Depuis cette année nous sommes en responsabilité du groupe sur l'entraînement avec l'appui des parents et des bénévoles."

#### Pourquoi t'investir dans ce projet ?

**Alois** "A la base c'était juste pour aider et pour faire plaisir mais en fait je me suis découvert une vraie passion. Je me plais beaucoup et ça m'évite de rester sur un écran ou de dormir pendant ce temps-là le samedi matin. C'est vraiment quelque chose qu'il me faut, c'est "MON" samedi !"

**Olivia** "Pour les matchs nous sommes moins stressées parce que la

matinée avec les petits nous détend. Je ressors de l'entraînement avec un sourire jusqu'aux oreilles."

#### Qu'est-ce que ça t'apporte ?

**Alois** "Dans la vie de tous les jours, je suis moins timide ! Tu dois prendre la parole, te faire respecter, rigoler avec eux et tu découvres des nouvelles têtes tout le temps, ça fait aussi travailler la mémoire de retenir tous les prénoms !"

**Olivia** "S'occuper d'enfants de cet âge permet de se rendre compte de ses responsabilités, de prendre du recul et de ne pas penser qu'à soi. Être responsable des enfants si petits en âge, partager notre passion à travers des activités toutes bêtes cela rend vraiment heureux. On se dit même qu'on forme des futurs champions. C'est toujours un moment de bonheur, de partage et d'apprentissage"

#### As-tu un message à faire passer aux autres jeunes ?

**Alois** "C'est bien le sport ! Ce n'est pas que courir, c'est aussi s'amuser, les copines, avoir l'esprit d'équipe et l'esprit club, la gagne !"

**Olivia** "Venez faire du hand avec vos copains ou même n'importe quel sport. Vous passerez votre temps à rire et apprendre ! C'est dans ce genre de situation qu'on apprend l'esprit d'équipe et de compétition !"

TOKYO 東京

# CHAMPIONS OLYMPIQUES



# Romain LAGARDE MADE IN BZH !



Romain Lagarde a débuté le handball à l'âge de six ans au club de Lorient Handball dans le Morbihan. C'est grâce à ses parents, tous deux handballeurs que Romain se passionne très vite pour le petit ballon rond. A cet âge-là, il est encore bien loin de s'imaginer qu'il fera de sa passion son métier.

Il a ensuite joué sous les couleurs du club de Quéven/Guidel durant 4 saisons où il fera d'ailleurs ses sélections en équipe de comité du Morbihan et en équipe de Bretagne. Il évoluera en -15 région.

En classe de seconde, Romain intègre le pôle Espoirs de Cesson Sévigné jusqu'en première, encadré par Mirko Perisic. Ce dernier se souvient « c'était un jeune joueur discret et à l'écoute avec une réelle envie d'apprendre, que du plaisir pour un entraîneur et une fierté de voir aujourd'hui son parcours qui n'est pas si surprenant avec le travail donné ». A ce moment, il rejoint l'équipe de Lanester évoluant à l'époque en National 1.

En terminale, il intégrera le centre de formation de Nantes et en 2016 il signera son premier contrat pro au Handball Club de Nantes au côté d'un autre Breton, Dragan Pechmalbec, sous la houlette de Thierry Anti, ancien joueur professionnel et actuellement entraîneur du Pays D'aix UC.

C'est l'année suivante qu'il sera appelé pour sa première sélection en équipe de France, à l'occasion de la Golden League. Il compte aujourd'hui une soixantaine de sélections avec l'équipe nationale. Quelle fierté pour la Bretagne

A 24 ans Romain est aujourd'hui un joueur accompli et confirmé. Depuis cette saison il est joueur au Pays Aix Université Club Handball !



© FFHB / ICON

“ La médaille d'or au JO c'est un rêve de gosse, j'adorais regarder les JO à la télé petit et faire une médaille d'or dans son sport, sa passion, c'est quelque chose d'inoubliable. Je m'en souviendrai toute ma vie.



## INTERVIEW RÉTRO EURO 2022

### UNE COMPÉTITION PERTURBÉE MAIS SANS REGRETS

#### L'annonce de ta sélection ?

L'annonce de la sélection s'est faite à la maison du handball avec toute l'équipe, forcément content de faire l'Euro qui est une compétition très dure.

#### Le début de la compétition ?

Le début de compétition s'est plutôt bien passé ! On avait bien bossé, nous étions prêts ! Malheureusement, on a eu des cas de Covid qui ont ensuite perturbé un peu nos préparations de match et l'effectif.

#### Jouer face à ses coéquipiers ?

L'ambiance entre nous était très bonne ! On a tous nos affinités et un petit rituel donc le groupe rigole bien.

#### La demi-finale ?

La demi-finale, forcément déçu de ne pas avoir réussi à contenir les suédois, on reviendra plus fort ! Cette équipe a du caractère et a déjà su le montrer par le passé.

#### La médiatisation ?

Notre sport évolue bien et est de plus en plus médiatisé même si on aimerait toujours plus. Pour cela, il nous faut encore gagner dans le futur.

#### Un regret ?

Des regrets personnels de m'être blessé et de ne pas avoir été présent pour aider les gars même si j'ai encouragé des tribunes. Sinon pas de regrets, on a bataillé dans une situation sanitaire compliquée, donc non je suis fier de cette équipe.



JO 2020

## INTERVIEW BRETONNE TAC AU TAC

- Kouign-amann ou galette saucisse ?*
- Cidre doux ou cidre brut ?*
- Palet breton ou boule-bretonne ?*
- Vannes ou Lorient ?*
- Terre ou mer ?*
- Galettes ou Crêpes salées ?*
- Pain au chocolat ou chocolatine ?*



Equipe de France jeune



Equipe de Lanester HB

# PÔLES ESPOIRS

## LE HANDBALL BRETON CHAMPION DE FRANCE

**A**vril sonne le mois des sélections et des tests d'entrée aux Pôles, la rentrée se prépare. Les interpôles sont passés, il est temps de faire le point avec les deux responsables des Pôles masculins et féminins sur cette saison de reprise et les perspectives de la rentrée 2022.

### BILAN INTERPÔLES

**Mirko Perisic :** Intégré dans le «groupe de la mort» avec l'Île de France, les Hauts de France et la Nouvelle Aquitaine, le pôle de Cesson a fini 3ème de sa poule, ce qui l'envoie jouer les places 9 à 12. Nous finissons 12ème avec un goût amer, espérant faire mieux.

Après une préparation très perturbée (27 cas positifs sur 30 joueurs en janvier), nous ne nous sommes quasiment pas entraînés sur cette période, pourtant déterminante à l'approche de la compétition.

Quelle frustration pour le staff et les joueurs ! Pour continuer, nous avons eu plusieurs maladies durant la compétition (fièvre, état grippal) ...Nous n'avions malheureusement pas les armes pour lutter cette année.

A noter les performances de Yann Pichon et Simon Malpot dans les buts, ainsi qu'Enzo Gesland sur l'aile Droite.

Le pôle souhaite remercier chaleureusement la Ligue des Pays de Loire pour la qualité de son accueil et l'organisation du tournoi.

Suite à la compétition Yann Pichon a été appelé en équipe de France U19 pour un stage en Serbie (du 13 au 20 mars). Simon Malpot et Randy Belair sont eux appelés en U17, pour un stage en France, contre la Norvège (du 11 au 17 avril).

**Mikaël Danigo :** Nous sortons à peine de la compétition. Le bilan des interpôles 2022 ne peut être qu'extraordinaire cette année avec le gain du titre dans une compétition très dense qui rassemble les meilleures joueuses de France. Ce titre est avant tout une victoire collective de l'ensemble des acteurs de la filière de formation Bretonne (la formation dans les clubs du territoire, le secteur professionnel, le processus de détection, la prise en charge des jeunes filles à potentiel au sein des pôles de Rennes et Brest).

« (...) une compétition très dense qui rassemble les meilleures joueuses de France ! »

Si nous zoomons sur le tournoi en lui-même, je dois dire que j'ai été bluffé par les filles. Elles ont fait preuve d'une grande maturité dans la préparation des matchs et de sang froid dans les moments difficiles sans jamais perdre de vue le projet de jeu que nous avons élaboré. Elles ont en plus affiché des valeurs qui portent haut les couleurs de la Bretagne. En ce sens, j'adresse un coup de chapeau particulier au trois terminales qui n'ont eu de cesse de porter le groupe vers ce résultat. J'avoue être particulièrement fier de l'ensemble des joueuses ainsi que du staff, tant celui présent sur place que celui qui travaille dans l'ombre (préparateurs physiques, médecins, entraîneurs des GB...).

### SCANNE & DÉCOUVRE

#### LES PÔLES EN VIDÉO

#### MASCULINS



#### FÉMININES



— Equipe de Bretagne



— © Thomas Bioud

### TESTS & RECRUTEMENT

**MP :** Les recrutements ont déjà commencé pour le pôle de Cesson.

La deuxième journée de test de sélection aura lieu le vendredi 29 avril, 23 candidats sont présélectionnés.

La journée se déroulera comme suit :

- Test physique le matin, avec au menu : endurance, vitesse, souplesse, coordination, force bras
- Handball l'après-midi : jeu au poste, surnombre, lecture et jeu tout terrain. Une dernière journée est prévue avec 12 joueurs, pour un entretien avec notre psychologue, Oanig Laigneau.

**MD :** Nous sommes en pleine phase de recrutement. N'importe quelle joueuse de Bretagne, dans les années d'âge concernées, peut se présenter

au concours du Pôle Espoirs. Je tiens particulièrement à cette ouverture car je pense qu'il est important pour chacune de défendre ses chances. Le concours se passe en 2 phases : une première qui voit la participation de l'ensemble des candidates et une seconde sous forme de stage qui voit se confronter une trentaine de jeunes de filles issues de la première phase.

Ces différents temps nous permettent d'évaluer les jeunes filles candidates au travers des sphères athlétiques, physiques, techniques et mentales. Nous essayons de percevoir celles qui possèdent un ou plusieurs éléments pouvant relever du haut niveau. Nous détectons des potentialités.

### PERSPECTIVES RENTRÉE 2022



— Pôle de Brest & Rennes

**MP :** Pour la rentrée 2022, nous resterons sur un effectif stable de 28 à 30 joueurs. Il devrait y avoir du changement au sein du staff, et une collaboration plus forte encore avec le centre de formation du Cesson RMH.

**MD :** Les objectifs du Pôle restent les mêmes : détecter et accompagner des jeunes filles qui seront amenées à renouveler le secteur professionnel et les Equipes de France tout en menant un parcours scolaire cohérent. Notre cheval de bataille au Pôle est de chercher à faire progresser la structure pour améliorer l'accompagnement des jeunes filles. Les points sur lesquels nous portons notre attention sont : la capacité à tou-

jours plus individualiser la prise en charge, développer le travail en staff et fédérer des experts autour du développement de la jeune joueuse, aménager (et parfois lutter) les contraintes qui pèsent au quotidien sur les jeunes filles.

Les premières évaluations que nous venons de réaliser suite au déroulement des premières séquences de tests, nous laisse présager d'une rentrée 2022 très sereine. Les qualités affichées par les candidates sont importantes et correspondent pleinement aux exigences du Pôle Espoirs.



— Pôle de Cesson

# CLUB OLYMPIQUE PACÉEN

## UNE COMMISSION JEUNE



Il y a, aujourd'hui, 30 ans que le Club Olympique Pacéen s'est formé avec au départ seulement des équipes adultes. À partir de 2009, le club se développe et ouvre la pratique à un public plus large en créant les équipes jeunes. Aujourd'hui, le club est structuré et propose une équipe dans chaque catégorie féminine et masculine allant des -11 aux équipes seniors.

Le CO Pacé compte actuellement 240 licenciés, 16 équipes engagées en championnat, une section BabyHand, Premier pas et mini hand.

Le club ne cesse de se développer avec 3 salariés dont 2 apprentis et ce n'est pas sans compter l'ouverture de la nouvelle salle qui est prévue en Avril 2022. Toutes ses évolutions permettent de proposer des interventions auprès des trois écoles de Pacé conclues par le Pacé Hand Herbe, un tournoi scolaire regroupant plus de 650 élèves de primaire, la mise en place d'événements tout au long de l'année, de stages d'été ainsi que des sessions de formation auprès des bénévoles.

C'est en 2020, pendant le premier confinement, que naît la commission jeune à Pacé. Cette dernière a vu le jour grâce à une progression des effectifs jeunes depuis plusieurs années. L'or-

ganisation de cette commission a commencé en visioconférence pour exposer le projet aux -11, -13, -15 et -18. Tous les jeunes motivés se sont ensuite retrouvés, dans un premier temps, à distance en visioconférence puis en présentiel un peu plus tard dans la saison quand les conditions sanitaires l'ont permis. Cette nouvelle commission est animée par Dominique Tual, bénévole au club et membre du CA et soutenue par Cyrielle Lassalle, chargée de communication en alternance.

Les jeunes handballeurs se réunissent le samedi matin pour avancer sur leurs différents projets. Les animateurs sont présents pour modérer, canaliser et faire le lien avec le bureau. Ces jeunes qui s'investissent de plus en plus dans le club voient leurs engagements se concrétiser par la prise en considération de leurs demandes et de leurs projets.

“ La saison passée, la commission jeune a permis la naissance de plusieurs projets tel que le Hand School Tour

Ce sont les jeunes qui sont à l'initiative des projets en partant de la réflexion du projet, la définition des ressources (humaines, matérielles, logistiques), l'organisation de l'évènement pour finir sur un bilan de l'action menée.

La saison passée, la commission jeune a permis la naissance de plusieurs projets tel que le Hand School Tour permettant des animations autour du handball à la sortie des écoles et les camps d'été qui sont reconduits pour cette saison.

Actuellement, la commission travaille sur la création d'une mini-série contre les violences et également sur la mise en place d'un pédibus pour aller de l'école aux entraînements. Ils souhaitent pour la fin de saison proposer un événement d'inauguration de la nouvelle salle.

Cette commission permet d'apporter de nouvelles idées dans le club, de le dynamiser tout en donnant des responsabilités à des jeunes. Le club souhaite valoriser leur investissement dans la vie associative en leur proposant des formations diverses (montage vidéo, création d'affiches, de newsletters, rédaction de CV, etc) tout en leur apportant une expérience personnelle et professionnelle enrichissante à travers le bénévolat.



240 LICENCIÉS  
1992 DATE DE CRÉATION



### QUESTION À FABIEN GRELLIER Président du CO Pacé

**Pouvez-vous nous dire un mot sur la commission jeune du club ?**

La commission permet à nos jeunes licenciés de mettre un pied dans la vie associative et de s'impliquer dans la vie du club. L'objectif est de leur permettre de participer à la vie et au développement du club en leur donnant la possibilité de créer et de mettre en œuvre des actions qui les touchent, qui ont du sens. Pour le club, les bénéfices sont multiples : découverte du bénévolat, nouvelles idées et actions pour promouvoir le club, formation de jeunes citoyens responsables, engagement et sentiment d'appartenance au club.

**Quel bilan faites-vous de la saison à l'heure actuelle ?**

Après deux saisons impactées par la crise sanitaire, le club a globalement réussi à maintenir ses effectifs. Aujourd'hui, nous comptons près de 240 licenciés, 16 équipes engagées en compétition, une école de hand (baby hand, 1er pas et minihand), 3 salariés et nous intervenons tout au long de l'année au sein des 3 écoles primaires de la ville. Le bilan de cette saison post COVID est donc plutôt satisfaisant que ce soit sur le plan sportif, structurel ou du développement, nous continuons à faire grandir le club de façon raisonnée. Bien sûr, nous rencontrons quelques difficultés, en particulier au niveau des effectifs dans les catégories seniors, mais aussi sur le nombre de bénévoles.

Mais cela n'empêche pas que le développement du club de Pacé se poursuit et va prendre un nouveau virage avec la livraison de la nouvelle salle à la fin du mois d'avril, qui va nous ouvrir de nouvelles perspectives.

**Quels sont les perspectives du club pour les saisons à venir ?**

Plusieurs objectifs pour les saisons à venir :  
- Augmenter, de façon raisonnée, le nombre de licenciés en lien avec l'ouverture de nouveaux créneaux liés à la livraison de la nouvelle salle.  
- Diversifier nos offres de pratique, en développant notamment dès la rentrée le Handfit.  
- Poursuivre le développement auprès du public scolaire : développement des sections sportives aux collèges, multiplication des interventions scolaires.  
- Entretenir et élargir nos relations avec nos partenaires privés, en s'assurant d'une relation gagnant-gagnant.  
- Professionnaliser l'encadrement des séances d'entraînement avec l'embauche d'un second technicien, et augmenter le niveau de jeu général des équipes notamment chez les jeunes tout en proposant un niveau de jeu adapté aux attentes de chacun (2 équipes par catégorie).



# BREST BRETAGNE HANDBALL

## FÊTE SES 10 ANS !



### UN PEU D'HISTOIRE !

Le Brest Bretagne Handball, c'est l'histoire d'une croissance accélérée, la soif d'un club définitivement attiré par le plus haut niveau et soucieux de l'atteindre le plus rapidement possible. De la N1 à la finale de la Ligue des Champions, il n'y a ainsi qu'un (grand) pas que le BBH a su franchir en sept petites années. On a coutume de dire que le plus dur n'est pas d'atteindre le sommet mais d'y demeurer alors c'est dans une nouvelle phase que le club des Présidents Gérard et Denis Le Saint est entré depuis quelques saisons, celle de la stabilisation après une évolution à vitesse grand V.

Les principaux caps ont d'ores et déjà été franchis, les cases cochées une à une. Bâti sur les fondations de son Arena, sans laquelle rien n'aurait sans doute été possible, le projet brestois a atteint son premier palier significatif en rejoignant en 2016 la Division 1, après une saison qui restera encore longtemps dans les mémoires, ponctuée d'une invincibilité totale du début à la fin, d'une accession dans l'élite donc et d'une victoire historique en Coupe de France.

Ce glorieux passage symbolisait l'entrée dans le grand monde du handball hexagonal pour celles qu'on appelait déjà à l'époque les Rebelles. Il aura fallu quatre petites saisons pour y arriver et tout cela n'avait rien d'une finalité. Car les ambitions des dirigeants brestois et la volonté de l'entraîneur Laurent Bezeau d'inscrire le club dans l'excellence étaient très fortes. Solidement soutenue par un socle de partenaires économiques nombreux et fidèles, la structure allait passer à la vitesse supérieure en attirant de

grands noms du handball dans ses rangs et en prenant ses marques avec la compétition européenne, la deuxième dans la hiérarchie, pendant que les esprits lorgnaient fermement la Ligue des Champions dans un avenir très proche.

Pour ses premiers pas chez les grands, le BBH se plaçait vice-champion de France et poussait jusqu'aux quarts de finale dans la compétition continentale en 2017. La marche suivante était alors immédiatement atteinte et pendant que le Brest Bretagne Handball poursuivait sa quête de gloire nationale, il faisait son entrée dans le gratin européen en intégrant la Ligue des Champions, une épreuve qu'il n'a plus quittée jusqu'à aujourd'hui et contribuant fortement à sa renommée et à ses progrès sportifs et structurels. Le léger coup de mou, que certains ont appelé une crise de croissance, lors de la saison 2018/2019 n'aura été que passager et surtout le point de départ d'une nouvelle accélération qui allait voir les Rebelles décrocher leur premier titre de championne de France et atteindre la finale de la Ligue des Champions en mai 2021.

Avant d'entrer dans la dixième année, le BBH a pris un virage en plaçant Pablo Morel à la tête du projet sportif pour faire suite à Laurent Bezeau. Un nouveau cycle est donc en route pour ce club qui ne veut se fixer aucune limite, que ce soit en France ou en Europe. L'aventure continue et bien sûr l'histoire est en marche.



2017 - 2018 © OStephan



2015 - 2016 © OStephan



2020 - 2021 © B Fernandez

“  
L'AVENTURE  
CONTINUE ET BIEN  
SÛR L'HISTOIRE EST  
EN MARCHÉ !

### JEU / LA TOMBOLA DES CLUBS

# 10 ans BBH

## LA TOMBOLA DES CLUBS

Le territoire breton est l'un des piliers du Brest Bretagne Handball et il est important pour nous de vous inclure dans nos festivités.  
Célébrez avec nous les 10 ans du club !

#### RÉCOMPENSES SPÉCIALES CLUB

- Pour les meilleurs clubs vendeurs :
- 50 places pour un match à la Brest Arena pour 5 clubs
  - 10 places pour assister à un entraînement privé des joueuses suivi d'un cocktail à la Brest Arena pour 5 clubs
  - 1 entraînement donné par 3 joueuses du BBH dans votre club pour 5 clubs

- Pour les 20 meilleurs vendeurs, tous clubs confondus, un tirage au sort pour gagner :
- 1 iPhone 13
  - 1 trottinette électrique
  - 1 PS5
  - Lots de consolation pour les 17 autres meilleurs vendeurs

#### LOTS TOMBOLA :

- 10 pleins de courses (valeur de 100 €)
- 10 bons d'essence (valeur de 80 €)
- 2 repas avec une joueuse
- Des maillots collectors BBH
- Des dîners dans les restaurants partenaires
- Des places pour SB29-PSG
- Des traversées Brest Penn ar Bed
- Des places de concerts à la Brest Arena
- Des coffret Ty Jaune
- Des abonnements LBE et EHF zu BBH

Et d'autres nombreux lots ...

#### INFORMATIONS

- Vente des tickets du 1er au 31 mai 2022
- 2 € le ticket
- Le retrait des carnets s'effectue auprès des différents bureaux de la Ligue de Bretagne
- Pour valider votre participation à la tombola ou pour tous renseignements : [sebastien.bbh29@gmail.com](mailto:sebastien.bbh29@gmail.com) ou 06 02 02 34 11

Réglement complet consultable sur le site internet de Brest Bretagne Handball et de la Ligue de Bretagne de Handball. L'achat de billets implique l'acceptation de règlement d'abonnement consultable sur le site internet.





# 10 ans BBH



COUPE DE FRANCE

3

2015-2016, 2017-2018, 2020-2021



CHAMPION DE FRANCE

1

2020-2021



VICE-CHAMPION D'EUROPE

1

2020-2021



www.brest-bretagnehandball.fr

## David FER UNE PASSION, UN CLUB !



Il doivent être rares les joueurs de cet âge à ce niveau... Nous avons donc de bonnes raisons de demander à David Fer le secret de sa longévité. Joueur de National 3, David 43 ans, est marié et a 2 enfants, un petit garçon de 10 ans qui pratique pour le moment le hand et le foot et une petite fille de 12 ans qui, faute de copines jouant au hand, a choisi la danse et la natation. David est infirmier dans le service réanimation de l'hôpital de Morlaix.

### Comment es-tu arrivé au handball ?

J'ai commencé vers 8-9 ans à Plougonven encadré par Madeleine Caer qui a fait émerger un groupe de jeunes avec lequel j'ai partagé par la suite de belles aventures handball : challenge Sabatier et Falcony (ex compétitions nationales pour les -18 Garçons). A cette époque on s'entraînait déjà 3 fois par semaine sous la férule de Francis Lenestour. Même si j'ai fait un passage de quelques semaines à St Malo, je n'ai en fait connu qu'un seul club puisque Plougonven et Morlaix ont par la suite fusionné.

### As-tu intégré à un moment les structures de formation des joueurs ?

Non. Je n'ai fait qu'une brève apparition dans les détectations jeunes. J'ai été appelé une fois pour remplacer un joueur indisponible. Sans suite. A priori je n'avais pas le niveau à ce moment-là !

### Quels sont tes meilleurs souvenirs de handballeur ?

Sans hésiter les montées en Nationale 2 et plus particulièrement la 1ère en 2002/2003 parce nous l'avions réalisée avec le groupe de jeunes de nos débuts (77/78/79) en club sans apport de joueurs extérieurs. Nous avons connu des montées successives et c'était une réussite incroyable que nous devons à Madeleine et Francis.

La deuxième montée également : nous étions entraînés par Brunon Péreran et le groupe s'était renforcé par des joueurs venant de clubs voisins : François Paillier, Pierrick Corre, les frères Laz (Olivier et Jean Baptiste) et d'autres encore.

### Ton pire souvenir handball ?

Descendre de National 2 à cause d'un écart très faible au goal average. Vraiment rageant ...

Et puis mon arrêt de 18 mois en raison d'une opération ratée des ligaments du genou. On a dû m'opérer une seconde fois et le retour au hand a été long, très long.

### Quelles sont les joueurs avec lesquels tu as joué et qui t'ont marqué ?

Il y en a plusieurs mais spontanément je citerais Francis Lenestour, Dominique Fressier qui a terminé sa carrière de joueur de haut niveau (D1 à Villeneuve d'Asq et D2 à Cesson) en N3 à Morlaix et Manu Courteaux



@mphb 2022

(également ex joueur de D1). C'est du bonheur de pouvoir évoluer avec des joueurs de ce niveau qui vous font inmanquablement progresser !

### Quelle est ton appréciation du handball actuel par rapport à ce que tu as connu ?

J'ai envie de dire qu'il est physiquement moins fort et techniquement plus fort. Donc globalement, j'ai le sentiment que le niveau n'est pas meilleur que quand j'avais 25 ans. Par exemple, quand nous évoluions en Pré-national, le championnat se jouait entre des équipes de Bretagne mais aussi des Pays de Loire. Le niveau était du coup plus dense.

### Comment se passe ta vie de handballeur aujourd'hui ?

J'entraîne l'équipe 1 en N3 au Morlaix Plougonven HB. Nous nous entraînons normalement 3 fois par semaine mais je ne peux réellement participer en tant que joueur qu'à une séance hebdomadaire en moyenne. Par ailleurs, en dehors du hand, je joue au tennis avec mon épouse et nous pratiquons aussi, en famille, beaucoup d'activités de plein air (paddle, kayak, randonnée en montagne). Tout ça me permet de garder la forme.

### Mais quel est donc, selon toi, le secret de ta longévité à ce niveau ?

D'abord une épouse très compréhensive ! Car j'ai passé beaucoup de temps en dehors de la maison du fait des entraînements, des matchs, des déplacements en N2, N3.

Bien évidemment aussi ma passion pour ce sport qui ne m'a jamais quitté même dans les moments délicats comme lors de mes opérations du genou. C'est ce qui m'a permis de ne jamais arrêter de jouer, hormis cette période de blessure. Ne pas arrêter de s'entraîner et de jouer c'est la meilleure recette pour garder le niveau le plus longtemps possible.

Et puis aussi un juste équilibre entre les efforts consentis pour le hand et les moments de détente comme on en connaît pas mal dans notre sport !!!

Le parcours de David est vraiment inspirant. Il est fait d'engagement, de fidélité à son club, d'un profond respect pour ses entraîneurs et ses dirigeants. On en rêve parfois aujourd'hui...



@ Nicolas Créach - Le Télégramme

# DÉMARCHE RSE

## LA LIGUE DE BRETAGNE S'ENGAGE !



### RSE Q'EST CE QUE C'EST ?

La RSE, responsabilité sociétale des entreprises, plus communément appelée RSO (responsabilité sociétales des organisations) au sein des associations, est la gestion des impacts économiques, sociaux et environnementaux des organisations. Autrement dit, c'est le plan d'actions déployés des organisations pour répondre aux enjeux du développement durable.

### RSE LE BUT ?

LA RSO est une démarche responsable où l'inclusion sociale et les questions environnementales sont intégrées dans les prises de décisions au quotidien. Elle se traduit par un comportement transparent et éthique dans le cadre d'une gouvernance organisée autour de 7 axes.

- la gouvernance de la structure ;
- les droits humains ;
- les conditions et relations de travail ;
- la responsabilité environnementale ;
- la loyauté des pratiques ;
- les questions relatives au consommateur ;
- les communautés et le développement local.

C'est un moyen de mettre en œuvre le rôle d'exemplarité, d'impulsion et de promotion des valeurs du handball breton sur notre territoire.

### RSE & LA LBHB

Après avoir été accompagnée dans la construction de sa démarche, la Ligue de Bretagne de Handball entend maintenant déployer sa stratégie RSE autour de 5 socles :

- **Gouvernance et relations avec nos parties prenantes** : améliorer nos processus de décision et de communication.
- **Ressources humaines / Qualité de vie au travail** : valoriser les talents et les compétences, favoriser le bien-être au travail.
- **Engagements sociétaux et ancrage territorial** : animer notre territoire en répondant aux grands enjeux sociétaux : sport santé / handicap / féminisation / lutte contre le harcèlement et la violence.
- **Environnement et protection de la planète** : Limiter autant que possible l'impact de notre activité sur l'environnement, préserver les ressources naturelles.
- **Economie durable** : promouvoir une économie responsable et durable, adopter une approche partenariale avec nos prestataires.



### LE MOT DE Pierre-Jean DONNAY - Manager Général LBHB



Si la démarche est aujourd'hui actée, la Ligue de Bretagne de Handball doit dorénavant concrétiser cette dynamique au travers de ses orientations stratégiques, mais aussi d'actions spécifiques de nature à impulser et dynamiser cette stratégie sur l'ensemble de son territoire.

C'est dans cette perspective que la Ligue de Bretagne de Handball souhaite déployer, pour cette nouvelle saison qui approche à grands pas et dans une logique de proximité, une vaste opération de sensibilisation et de familiarisation de l'ensemble des acteurs du Handball breton aux enjeux environnementaux, ainsi qu'à l'éco-responsabilité dans le sport.

A ce titre et si elle entend par ailleurs promouvoir également la montée en compétence de ses équipes, il apparaît fondamental pour la Ligue d'associer l'ensemble des clubs, leurs licenciés et leurs bénévoles dans cette dynamique, puisqu'ils sont les premiers acteurs du changement et de cet engagement.

Outre les premières mesures déployées dans son fonctionnement interne, eu égard notamment à sa stratégie de recyclage et d'achats responsables, la Ligue de Bretagne de Handball entend poursuivre son évolution en s'engageant également dans une démarche de ré-emploi, tant de son matériel sportif, que de ses outils bureautiques et son mobilier. Elle s'appuiera pour cela sur des associations locales engagées sur cette démarche, avec toujours cette volonté d'associer l'ensemble des acteurs du Handball breton.

De la même manière, la Ligue de Bretagne de Handball entend déployer, pour la saison à venir, une véritable stratégie partenariale s'inscrivant dans démarche profitable et durable. La ligue souhaite ainsi se positionner en véritable tête de réseau susceptible de nouer des liens forts avec le secteur privé, dans une logique qui puisse ruisseler vers les clubs, leurs licenciés et leurs bénévoles.

Enfin et parce qu'elle bénéficie d'un territoire dont les valeurs citoyennes et d'engagement ne sont plus à prouver, la Ligue de Bretagne de Handball répondra, en s'appuyant sur l'expertise et l'engagement de l'ensemble de ses clubs, aux grands enjeux de société.

Valoriser les projets sociétaux, portant sur la féminisation, le sport santé, le handicap, la lutte contre les discriminations et les violences sera ainsi au cœur de la stratégie de développement de la Ligue de Bretagne de Handball pour les saisons à venir.

Le club de demain se construit aujourd'hui, la Ligue de Bretagne de Handball l'accompagnera !

# Sandra **POUCHARD**

## L'INOXYDABLE REMPART

**S**andra, alias Pouch, 43 ans, mariée à un handballeur et maman de deux jeunes filles handballeuses également, compte à son actif 35 saisons de handball dont 25 dans les niveaux nationaux. Cette gardienne de but a pas mal roulé sa bosse, du Nord-Finistère à la région parisienne, de la N3 à la D2. Elle a fait ses débuts à Carantec, puis Plouvorn en cadettes Garçonnet et Lesneven pour plusieurs années. Pour des raisons professionnelles, elle partira pour la région parisienne et signera à Aubervilliers puis Villemomble. En 2014, retour en Bretagne par l'Arvor 29, Landi-Lampaul, Locmaria puis Brest.

### Comment es-tu arrivée au handball ?

Mes parents m'ont mise au hand dans le club local, car ils y avaient des connaissances et surtout car j'étais une petite fille énergique, qui avait besoin de se dépenser. Moi, j'avais 8 ans et je voulais être gymnaste, mais il paraît que j'étais trop grande pour ça...

### As-tu intégré à un moment les structures de formation des joueuses ?

J'ai effectivement suivi ce qu'on appelle aujourd'hui le PPF : passage par les sélections comité, ligue, stages nationaux. **J'ai intégré le pôle espoir de Brest, dirigé à l'époque par Jean-Paul Demias, en 1993 (ça devait être sa deuxième ou troisième année de fonctionnement).**

### Quels sont tes meilleurs souvenirs de handballeuse ?

Plus la carrière est longue, plus il y en a... et les souvenirs récents ont tendance à remplacer les plus anciens !

**Je me souviens que Valérie Nicolas, qui jouait encore à Plouvorn à l'époque, m'avait donné son maillot pour disputer les finalites du championnat de France cadettes.**

Je me souviens également des finales Intercomités aux Jeux de l'Avenir, à Tours, inaugurés par le Président de la République.

Plus récemment, j'ai eu la chance de disputer quelques matches de coupe de France avec l'effectif pro du BBH, en binôme avec Cléo Darleux...

**J'ai aussi joué les sparing partner au pied levé avec l'équipe de Buducnost, à qui il manquait une gardienne pour préparer le match de Ligue des champions contre Brest (d'ailleurs cette année-là, j'étais officiellement la plus vieille joueuse de Ligue des champions, devant une certaine Katrine Lundé).**

### Ton pire souvenir handball ?

A part quelques blessures au mauvais moment, je ne garde pas de mauvais souvenir... Le temps les aura sans doute effacés !

### Quelles sont les joueuses avec lesquelles tu as joué et qui t'ont marquées ?

En premier lieu, je pense aux copines de «Lesneu», celles avec qui j'ai tout vécu et qui sont toujours des très proches. J'ai aussi le souvenir, à Villemomble, en N1, de voir débarquer une jeune joueuse de 17 ans en séniors. Elle était déjà convaincue qu'elle deviendrait une grande joueuse : elle s'appelait Allison Pineau et l'avenir lui donnera raison.

Enfin, et c'est beaucoup plus récent, j'ai eu plusieurs fois l'occasion de jouer avec ma fille aînée, qui occupe le même poste que moi : un binôme de gardiennes mère-fille en N1, je ne sais pas si ça s'est déjà fait, mais pour une maman, c'est une grande émotion et une grande fierté !

### Quelle est ton appréciation du handball actuel par rapport à ce que tu as connu ?

Je crois que ce n'est plus le même sport, en tout cas au niveau où je joue actuellement : les joueuses sont globalement plus physiques, plus rapides, plus techniques. Le hand s'est professionnalisé, on utilise beaucoup la vidéo, la préparation physique est de plus en plus précise... Par contre, j'ai l'impression qu'on rigole moins et qu'on fait moins la fête ! Je me demande souvent ce que les joueuses que nous étions à 20 ou 25 ans seraient capables de faire dans le hand d'aujourd'hui !

### Comment se passe ta vie de handballeuse aujourd'hui ?

J'ai forcément un statut particulier au sein du groupe et j'ai conscience de la chance que j'ai de pouvoir encore m'entraîner et jouer dans de si bonnes conditions. Même si je m'entraîne encore 2 ou 3 fois par semaine (voire un peu plus si besoin), je suis un peu la 6ème roue du carrosse au BBH : je dépanne quand il faut, je me mets autant que possible à la disposition du groupe et du club. En tout état de cause, ma carrière est



Mélina & Sandra @ Patricia Merer

plutôt derrière moi et je n'ai plus grand chose à prouver (à part à moi-même peut-être), je m'applique donc à accompagner et à transmettre aux plus jeunes, à rendre un peu de ce que le hand m'a apporté...

### Mais quel est donc, selon toi, le secret de ta longévité à ce niveau ?

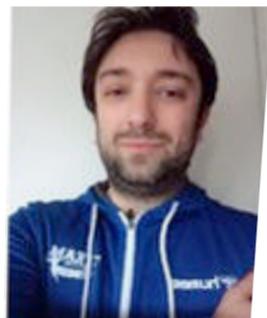
Le premier moteur, c'est évidemment le plaisir : j'ai toujours l'envie d'enfiler les chaussures et le survêt, d'aller m'entraîner, ça me fait du bien ! Et puis, chez nous, le hand c'est une histoire de famille : tout le monde en fait, on en parle beaucoup, on encadre les jeunes... Bref, on baigne dedans ! Physiquement, j'ai eu la chance de passer à travers les gouttes au niveau blessures et, **vu que j'ai fait des enfants relativement tôt dans ma carrière, j'ai eu l'opportunité de revenir sans trop de mal, et peut-être même encore plus forte !** Aujourd'hui, je suis beaucoup plus à l'écoute de mon corps : je suis consciente qu'il ne peut plus faire les mêmes choses qu'avant et j'adapte ma façon de jouer. Mais de toute façon, on dit que le poste de gardien est un poste à maturité tardive, et vu qu'on continue à me solliciter, il me reste encore quelques années devant moi ! Je suis, aujourd'hui, l'adjointe de mon mari en -15 filles à Locmaria-Plouzané, où je coache ma seconde fille.

“ un binôme de gardiennes mère-fille en N1, pour une maman, c'est une grande émotion et une grande fierté ! ”

# BABY HAND

## SÉANCE BABY HAND

**LE MOT DE** Giovanni QUATRONNE - Entraîneur au club de CS Betton



**Peux-tu te présenter en quelques mots ?**

Je suis un professionnel du handball, passionné de ce jeu dans toutes ses formes et pour tout public.

**Pourquoi avoir choisi ce thème de séance ?**

C'est un des thèmes que je pense parmi les plus importants à proposer aux jeunes, surtout sous forme ludique. C'est à eux aussi de comprendre comment notre Planète doit vivre mieux, pour que tout le monde puisse vivre bien également.

**As-tu déjà mis en place cette séance et comment ont réagi les enfants ?**

Oui, le fait de contextualiser les jeux proposés sur le territoire breton donne un côté un peu plus réaliste aux enfants, qui restent quand même dans un contexte imaginaire: ils s'amuse bien !

**Quels conseils donnerais-tu aux autres animateurs Babyhand ?**

Le Babyhand c'est une des pratiques les plus joyeuses à encadrer pour moi, car les petits handballeurs ont juste besoin d'expérimenter pour la première fois leur motricité handball. Pour moi le but est de trouver à chaque fois la consigne ludique la plus simple et la plus efficace pour que chaque enfant puisse «librement» trouver sa meilleure solution dans la situation demandée.

**Quels rôles ont les parents dans la séance, comment les intègres-tu ?**

Les parents sont des acteurs actifs, qui suivent les actions des enfants et qui vigilent bien au respect des consignes que je donne au début du jeu. Ils ne restent pas forcément dans le champ d'action, mais je peux donner des responsabilités d'intervention à certains parents pour un déroulement optimal de la séance.

**Aidons la planète !**  
Les 4 éléments : Air, Eau, Feu, Terre

**L'ENTRÉE DANS LA SÉANCE :**  
Introduire le thème en parlant des 4 différents éléments de la nature, l'air, le feu, l'eau et la terre. Demander aux enfants d'imiter chacun des éléments. Les questionner sur l'importance de leur protection. Que pouvons-nous faire pour les respecter et protéger, nous-mêmes, les êtres humains.  
**Pour aller plus loin :**  
Vous pouvez demander également aux enfants de trouver un objet, un aliment... en lien avec chaque élément et aller ramasser une coupelle de sa couleur.

**LE MATÉRIEL :**  
Jeu 1 : Cerceaux, plots, cônes, ballons  
Jeu 2 : Cerceaux, Plots (Différentes Formes), Ballons (1 par joueur, jouer sur la taille et forme du ballon).  
Jeu 3 : plots, cônes, ballons, cerceaux

**LE THÈME DU JOUR :**  
L'écologie et le respect de l'environnement... Faire appel à ses sens... Comprendre l'équilibre entre l'eau, la terre l'air et le feu...

**LE TEMPS DES PARENTS:**  
Les parents peuvent organiser en milieu ou fin de séance des ateliers autour d'un café thé, sur les différents éléments → Air, Terre, Feu, Air... et échanger sur leurs idées pour agir de façon éco-responsable.

**LES PARENTS :**  
Toujours acteurs actifs de la séance, leur rôle sera d'accompagnement, incitation au prêt des enfants et de bienveillance supplémentaire dans le respect de consignes.

**Le feu et l'eau : les pompiers**

**L'histoire:**  
Un incendie, alimenté par des petites flammes, se propage dans la campagne bretonne. Heureusement, les petits pompiers peuvent éteindre l'incendie à l'aide de ballons d'eau magiques. Les grands pompiers (parents) surveillent le déroulé des opérations pour que la campagne revienne vite au calme.

**ORGANISATION :**  
Disposer une ligne de plots tout au long de la ligne médiane du terrain. Limiter le champ de jeu sur une surface variable entre 15 et 20m de long et 12 et 15 de large. Installer des cerceaux pour que les enfants puissent se y positionner dedans pour lancer la balle.

**DANS CE JEU L'ENFANT VA :**  
Lancer la balle vers une cible placée en bas, il se déplace pour récupérer la balle, sans traverser la ligne des plots.

**Conseil:**  
Prévoir un temps d'action entre 2 et 4min et un temps de remise en place des plots (action fait par les petits pompiers à l'aide des grands). Proposer aux parents d'aider les petits pompiers dans le respect de la position basse du tir, dans l'action de « viser » le plot-flamme.

**EXPLICATIONS :**  
Demander aux enfants de lancer les « balles d'eau » sur les flammes pour éteindre l'incendie. Attendre que les ballons de l'autre côté reviennent pour pouvoir lancer encore. Interdiction de traverser les terrains.

**LE MATÉRIEL :**  
Cerceaux, Plots (Différentes Formes), Ballons (1 par joueur, jouer sur la taille et forme du ballon).

**Rendre plus facile :**  
Gérer le nombre de ballons et le temps donné de chaque passage, en fonction du nombre des enfants.

**Faire évoluer :**  
Possibilité de reculer mon cerceau si j'ai touché le plot. A partir du cerceau, proposer d'intégrer les 3 pas (Progressivement, 1 pas, 2pas puis 3). Possibilité de mettre un GB.

**La terre : Les choux des agriculteurs et les renards**

**L'histoire:**  
Aujourd'hui, sera la journée de récolte des choux. Les agriculteurs dorment encore un peu avant la levée du soleil. Bientôt leur sommeil sera perturbé, par les renards, qui sont en train de voler les choux de leurs champs.

**ORGANISATION :**  
Diviser l'espace de jeu en deux terrains (sur les mêmes dimensions du jeu 2) avec les mêmes plots utilisés dans le jeu 2. Cette fois, les plots seront des plantes à sauter. Ajouter des cerceaux dans chaque champ, qui représente la réserve de ballons-choux. Deux équipes: les renard et les agriculteurs. Chacune des deux équipes aura un champ. Dans un temps donné, les renards doivent voler les ballons de l'autre côté et les agriculteurs doivent les récupérer et les ramener dans leur champ. Interdit le contact et l'arrachage de balle.

**DANS CE JEU L'ENFANT VA :**  
Se déplacer en courant, il transportera un ballon et il changera de direction en fonction de la présence des autres acteurs sur le terrain. Il sautera également la ligne de plots qui délimite les deux champs.

**Conseil:**  
Une fois les ballons installés dans les cerceaux-reserves des agriculteurs, donner un signal aux renards pour qu'ils puissent courir pour récupérer les choux. Au début, les agriculteurs sont allongés et endormis. Au bout de quelques secondes (le temps du premier aller-retour des renards), donner un deuxième signal pour que les agriculteurs se réveillent et s'alertent.

**EXPLICATIONS :**  
Demander aux enfants d'attendre les consignes du départ de l'action dans le respect des deux différents rôles: renards et agriculteurs.

**LE MATÉRIEL :**  
plots, cônes, ballons, cerceaux

**Rendre plus facile :**  
Réduire ou augmenter le temps donné selon le niveau de fatigue et le nombre d'enfants.

**Faire évoluer :**  
Changer les plots (Plus lourds, plus grands). Si un renard est touché balle en main, il remet la balle au départ.

245 LICENCIÉS  
1975 DATE DE CRÉATION



**L'air, les muets construisent leur nid**

**L'histoire:**  
3 troupes de muets traversent le ciel de la Bretagne. Pour s'installer confortablement ils sont en train de construire leur nids.

**ORGANISATION :**  
Prévoir 3 colonnes de 5/6 cerceaux chacune et 3 réserves de plots en fonction du nombre d'enfants (3 plots par enfants au maximum) à positionner dans une réserve, qui représente aussi le point de départ du parcours.

**DANS CE JEU L'ENFANT VA :**  
Sauter et se stabiliser dans des cerceaux, gérer son équilibre à l'aide des bras, il utilisera ainsi la motricité fine pour disposer les plots dans la construction du nid.

**Conseil:**  
Prévoir et utiliser des plots d'une forme apte à la construction d'un cerce (Sur plusieurs étages si possible). Les parents peuvent aider dans la disposition des plots.

**EXPLICATIONS :**  
Demander aux enfants de sauter sur un pied et avec les bras bien ouverts comme pour imiter les ailes des muets. L'imitation du vol les aidera dans la gestion de l'équilibre.

**LE MATÉRIEL :**  
Cerceaux, plots, cônes, ballons

**Rendre plus facile :**  
Demander des formes de nid plus ou moins précis en fonction du niveau de motricité fine des enfants. Réduire ou augmenter la distance des cerceaux selon les compétences motrices des enfants.

**Faire évoluer :**  
Proposer un travail de motricité dans les cerceaux (2 appuis, 1 appui...). Rentrer et sortir du cerceau en changeant le plot de main.

# Lucas VAX & Mathieu KREISS

## ENTRAÎNEURS DES GARDIENS(NES) DE BUT

### Ton parcours ?

**Lucas (L) :** Je m'appelle Lucas VAX, j'ai 28ans, je suis salarié du club des Cadets de Bretagne à Rennes et mis à disposition sur le pôle espoirs de Cesson. J'ai commencé mon parcours de joueur à St-Malo d'où je suis originaire et je suis arrivé à Rennes par la suite dans le cadre de mes études. J'ai un parcours de joueur modeste, de la moins 18 championnat de France et surtout du niveau régional en séniors.

**Mathieu (M) :** Matthieu Kreiss, formé et originaire d'Ivry sur Seine. Je suis parti à 25 ans d'Ivry, j'ai fait un parcours en D2 et D1 française. Dans mon parcours, j'ai joué 3 ans au CMRHB 2003 à 2006 lors des premières années en D2 du club où le projet prenait corps. Ensuite j'ai fait Istre, Dijon, Massy et j'ai fini ma carrière de joueur à Gonfreville. En parallèle, à partir de Istre, j'entraînais les gardiens et les gardiennes de but (Pôle, centre de formation, Pôle féminin de Dijon et de Chatelet en Brie). J'ai, ensuite, entraîné Armelle Attingré et Silje Solberg, gardiennes professionnelles à Issy Paris. Au centre d'entraînement de Gonfreville (l'équivalent d'un C.L.E.), j'entraînais l'ensemble des jeunes de la structure puis je suis arrivé au Brest Bretagne Handball en 2019 pour entraîner les gardiennes de but. J'ai arrêté ma carrière de joueur professionnel en 2016 après 20 ans de carrière ! J'ai commencé à entraîner en partant de Cesson en 2006 en parallèle de ma carrière de joueur pro.

### Qu'est ce qui t'a amené à entraîner des gardiens et gardiennes de but ?

**L :** J'ai toujours eu une relation particulière avec le poste étant moi-même GB, j'ai eu la chance d'avoir des entraîneurs à St-Malo qui étaient eux-mêmes gardiens de but (Pierrick VEYRAT et Yann LARHER) donc j'ai toujours eu « à manger » lors de ma formation. J'ai commencé à entraîner les gardiens de but lorsque Mirko m'a sollicité pour intégrer le staff du Pôle espoirs. Au moment où j'ai passé mon DEJEPS, il y a 5ans, je n'avais pas forcément dans l'idée de devenir entraîneur de gardien de but ou du moins pas d'avoir la responsabilité d'entraîner des GB destinés au haut-niveau. J'ai commencé par inter-

venir le midi ma première année au pôle puis 4 ans après, j'interviens désormais midi et soir ce qui représente sept séances par semaine.

**M :** Avant tout l'envie de transmettre, ça c'était quelque chose d'important pour moi surtout à un poste qui historiquement est le parent pauvre dans la formation française ce qui explique aussi beaucoup pourquoi le niveau moyen des gardiens de but en France était éloigné du niveau



**Un gardien doit être un véritable tueur sur le terrain ! (LV)**

Européen même si on arrivait à avoir quelques profils avant la génération Omeyer, Gaudin, Martini, mais globalement on avait beaucoup recours à des gardiens étrangers et moi même-je l'ai vécu car j'ai eu mon premier spécifique à 21 ans. Avant, on ne me donnait aucun conseil et j'étais complètement livré à moi-même, c'est quelque chose qui m'a beaucoup marqué. J'ai eu, à ce moment, la volonté de transmettre comme j'ai pu le connaître avec Yann Lukich qui était joueur avec moi à Ivry, qui était un ancien et qui m'a appris énormément. J'ai compris que de cette manière-là, on pouvait progresser et comprendre grâce à quelqu'un qui te donne des conseils, qui t'encadre et qui te guide. Ça m'a forgé et j'ai donc eu cette envie de transmettre et tout de suite j'ai senti qu'en face les gardiens ou gardiennes de but que j'entraînais, partageaient cette envie d'apprendre, de progresser, c'est ce que je vis encore aujourd'hui et ce qui me donne beaucoup de plaisir alors que j'avais initialement une formation marketing-communication. C'est la passion l'a emporté !!

### A quel moment tu t'es spécialisé pour les gardiens de but ?

**L :** Il y a 4ans, je n'avais pas pour projet de devenir entraîneur GB et puis l'opportunité d'intégrer

le pôle espoirs m'a amené à me spécialiser plus profondément dans le spécifique gardien. Je conserve l'encadrement d'équipes sur mes missions clubs ce qui me permet de trouver le bon compromis entre le poste d'entraîneur GB au pôle et entraîneur de collectifs sur mon temps club.

**M :** Je suis rentré dans l'entraînement par les gardiens de but et ensuite avant même d'arrêter ma carrière de joueur pro, de 2014 à 2019, j'entraînais des équipes de jeunes et le centre d'entraînement de Gonfreville donc pas uniquement des gardiens. Ça été très enrichissant pour moi ! Si je résume, une période de 2006 à 2013 que des gardiens et gardiennes et une période de 2013 à 2019 où j'ai entraîné des jeunes et en même temps je faisais aussi les gardiennes de Paris et du Havre Hac donc je ne me suis jamais vraiment spécialisé ça été plutôt un fil



Lucas

conducteur, pour moi, l'entraînement des gardiens de but. Depuis 2019, je suis exclusivement entraîneur des gardiennes de but du BBH et d'ailleurs je suis 100% pro.

### Ton rôle au quotidien auprès des gardien(ne)s ?

**L :** Mon rôle est d'entraîner les gardiens et de les faire progresser pour qu'ils puissent intégrer les équipes de France Jeunes et intégrer un centre de formation à la sortie du Pôle espoirs. Au quotidien, cela se résume par un spécifique GB sur chaque séance (d'environ une trentaine de minutes suivant les séances) et par la suite l'accompagnement du gardien dans le transfert sur la séance. S'il y a plusieurs gardiens dans la séance, je fais la navette entre des exercices spécifiques pour celui qui n'est pas dans le but et un rôle d'observation et de conseil pour celui qui est dans la cage. En plus des séances, nous faisons des séances vidéos (sur les entraînements, les oppositions avec le Pôle) et des entretiens réguliers pour évaluer ainsi qu'accompagner au maximum les gardiens.

**M :** Mon rôle au quotidien est transversal car je suis référent sur les gardiennes de but au sein du club. Il se décompose en : accompagnement des gardiennes pro qui est ma mission prioritaire, c'est la mission pour laquelle j'ai été recruté à la base ce qui veut dire travail spécifique, travail vidéo, travail de préparation aux adversaires. Ensuite, au niveau du Centre de Formation, formation de la ou des gardiennes avec un accompagnement dès que possible, dès que je suis disponible et ensuite je me suis aussi projeté sur le Pôle. En effet, dès que je suis disponible, le mercredi je vais au pôle pour pouvoir mettre en place un travail spécifique avec les gardiennes et leur donner des orientations de travail. J'essaie d'avoir une vue sur la filière avec Thomas Brouxel qui lui aussi entraîne les gardiennes de but. Nous sommes en collaboration et je suis le référent, je fixe les orientations de travail et lui dès que je suis absent il prend le relais. On a un accompagnement qui est fort au niveau du poste de gardienne de but. Il y a déjà des gardiennes qui se développent, j'espère qu'on arrivera à les amener le plus haut possible puisqu'on a quand même aujourd'hui si on parle que des bretonnes, trois profils bretons de très très haut niveau, Agathe Quiniou (2000), Mélina Cantin (2003) Romane Le Huault-Parc (2005). Les trois sont ou ont été en équipe de France de leur catégorie donc il faut que ça se confirme mais il y a de la qualité au poste sur la Ligue de Bretagne donc au mieux nous les accompagnons, au mieux nous arriverons à former des profils intéressants. Et j'irai même

plus loin car en 2001, il y a une gardienne qui est partie à Strasbourg, Thiphaine Le Cloarec, donc cela prouve bien que nous sommes capables de faire émerger des profils au poste de très haut niveau.

### Les qualités essentielles pour être un(e) gardien(ne) en devenir ?

**L :** Si on regarde les profils des gardiens qui composent le haut-niveau masculin, je dirais que premièrement il faut être grand. Après, cela ne suffit pas car il faut également maîtriser son corps en terme de motricité et de dissociation. Le reste des qualités essentielles pour être un bon gardien est lié à l'aspect technique notamment en terme de placement. Un gardien aura le temps durant sa formation de construire son répertoire de parades et de gammes en les diversifiant mais le placement reste un des fondamentaux auquel aucun gardien ne peut déroger si il souhaite être performant. Pour terminer, je mettrai en avant l'aspect mental !!! Un gardien doit être un véritable « tueur » sur le terrain !

**M :** Il faut entrer dans l'activité par le jeu et par la logique comportementale du duel, joueur gardien de but. C'est-à-dire qu'en fonction des situations de jeu, du positionnement de la défense, de la logique biomécanique de la tireuse, il faut essayer d'aider les gardiennes de but à comprendre cette activité là pour ensuite amener une meilleure réponse par du placement, par de l'agressivité, par du piège donc amener une meilleure réponse, ça va au-delà de la technique ! À partir des années du Pôle, un accompagnement technique fort doit pouvoir amener des outils de réussite à la gardienne de but pour pouvoir performer parce qu'après au-delà de la logique, il y a des notions techniques d'efficacité qui doivent rentrer en jeu. Donc pour moi, la première porte d'entrée est la logique comportementale du duel tireur gardien de but avec le placement, le piège l'agressivité et ensuite la deuxième porte d'entrée c'est la technique et la tactique qui viennent plus tard, à partir du centre de formation où ça devient prioritaire.

### Quels conseils donner à un entraîneur qui encadre l'équipe entière ?

**L :** Si cet entraîneur est seul et n'a pas la chance d'avoir un adjoint ou un staff, je pense qu'il doit au minimum préparer une séquence par entraînement avec un objectif précis et pré-déterminé pour son GB. Cela peut-être rapide, une dizaine de minutes, lors de l'échauffement GB par exemple. Il faut donner tout comme au joueur de champ, des objectifs de séance aux gardiens. On avance plus vite lorsque l'on sait exactement ce que l'on attend de nous ! Alors soyez autant exigeant avec

votre gardien qu'avec n'importe quel joueur de champ !

**M :** Le meilleur conseil est de rappeler que même si ils sont des experts du duel gardien de but en étant pour la plupart des anciens joueurs, pédagogiquement il faut expliquer au gardien de but comment un joueur fonctionne. Il faut vraiment renverser le prisme et leur expliquer qu'ils sont des experts du duel et utiliser leurs connaissances et savoir-faire de joueur pour marquer des buts en faisant ça ils leur permettront de décoder les situations de jeu et d'amener de l'efficacité. Le gardien en situation de motricité, de lecture, de répétition pour pouvoir utiliser ce temps-là à développer ses compétences pour que l'on arrête enfin de ne pas s'occuper du gardien de but à l'entraînement et lui consacrer très peu de temps pour ensuite lui reprocher de ne pas être efficace en match.



**Au mieux nous les accompagnons, au mieux nous arriverons à former des profils intéressants !**



Mathieu

# Matthieu & Baptiste **POUPEL** FRÈRES & JUGES ARBITRES JEUNES

J'ai commencé le Handball à l'âge de 9 ans après avoir vu la victoire de l'équipe de France aux Championnats du Monde en Croatie. Je n'ai jamais quitté le club du Tinténac Handball où j'évolue encore dans l'équipe sénior en 1ère division départementales. J'ai débuté l'arbitrage en 2016 sur des rencontres de -15ans féminin régional. Puis rapidement un binôme se crée avec mon petit frère Matthieu.

## Comment êtes-vous arrivés à l'arbitrage ?

**Matthieu (M) :** Lorsque j'ai commencé à arbitrer c'était pour dépanner. Puis mon frère est passé arbitre JAJ T3, et je me suis dit que je pouvais le suivre et en faire autant. J'ai donc arbitré de nombreux matchs dans mon club puis j'ai passé le grade JAJ T3 afin de devenir arbitre officiel.

**Baptiste (B) :** J'ai commencé à arbitrer dans mon club pour dépanner. Puis un ancien arbitre national dans mon club (Pierrick Dubois) m'a pris sous son aile et m'a formé. Je me suis amusé ensuite à arbitrer les différentes catégories de mon club et lorsque j'ai eu la possibilité, je me suis inscrit au stage JAJ T3 pour devenir arbitre officiel.

## Pourriez-vous nous expliquer comment on devient arbitre officiel ?

**M & B :** Pour devenir arbitre officiel, il faut déjà avoir de la motivation et un grand amour du sport. Il faut savoir se tromper, admettre ses erreurs et accepter les critiques

qui ne sont pas toujours tendres surtout lors des premiers arbitrages. Puis, il faut la volonté de monter (progresser dans le « métier »), de donner de son temps c'est-à-dire siffler les samedis et/ou les dimanches. En termes de parcours, il faut commencer à arbitrer des catégories accessibles dans son club pour se constituer un petit bagage, c'est-à-dire avoir et prendre de l'expérience.

Ensuite, il faut se présenter à des stages territoriaux pour devenir arbitre officiel. Enfin, petit à petit on monte en grade en fonction de ses performances.

## Est-il parfois difficile de concilier l'activité d'arbitre et votre vie personnelle ?

**M :** Étant étudiant, ma semaine est prise par les cours et le week-end par l'arbitrage. Par conséquent, je m'adapte

**B :** C'est parfois compliqué car je travaille le samedi jusqu'à 17heures. Le temps est compté quand on arbitre à l'autre bout de la Bretagne

**M & B :** Le côté positif est que nous habitons ensemble sur Rennes. De plus, nous avons la chance d'avoir des parents qui nous soutiennent et qui nous accompagnent.

## Quel est votre plus beau souvenir jusqu'ici ?

**M & B :** Notre plus beau souvenir à tous les deux a été l'obtention du grade T1 National. Il récompense nos efforts sur le terrain mais aussi en dehors. Et surtout, c'est l'accès à la première marche de haut niveau en arbitrage.

## Quels sont vos projets concernant l'arbitrage ?

**M & B :** Etre arbitres désignés aux jeux olympiques est notre objectif à atteindre. Notre projet est de monter au plus haut niveau possible mais il reste du chemin car il y a beaucoup de choses à apprendre.

## > INTERVIEW INVERSÉE <

### Comment vit-il l'après match ?

#### Matthieu pour Baptiste

Après le match, il est toujours lucide sur notre prestation qu'elle soit bonne ou pas, le débriefing est toujours clair et concis de sa part.

#### Baptiste pour Matthieu

Après le match, on aime bien refaire le match. On prend toutes les critiques positives ou pas pour se faire un avis clair. Puis après on aime bien reprendre le match à la vidéo pour se focaliser sur 2-3 points d'un match où on pense devoir travailler encore un peu plus.



**Pour devenir arbitre officiel, il faut déjà avoir de la motivation et un grand amour du sport !**

Matthieu

Baptiste





# ***Pour des Jeux de Paris 2024 utiles à tous.***

**Nous soutenons 4 500 associations et clubs sportifs.**



**CAISSE  
D'ÉPARGNE**

**PARTENAIRE PREMIUM**