



LIGUE DU LANGUEDOC ROUSSILLON DE BASKET BALL



DEPLACEMENT POLE ESPOIR A BARCELONE



Nous avons organisé ce déplacement sur Barcelone avec le Pôle Espoir Basket dans un double objectif :

1 – Permettre aux joueuses et joueurs du Pôle Espoir de se confronter à l'élite du Basket Espagnol de leur catégorie d'âge.

Nous sommes toujours en recherche d'expériences de compétition nouvelles, source de progrès selon nous dans leur formation.

2 – Permettre aux entraîneurs du Pôle Espoir d'observer et découvrir l'organisation de quelques structures de formations de Haut Niveau

- L'organisation matérielle et humaine
- Les priorités au niveau des contenus d'entraînement
- Les modèles de recrutement et de formation.

Les structures qui nous ont accueillis ont été les suivantes :

- **Le FC Barcelone**, l'une des plus importantes structures de formation en Europe.
- **La Joventut de Badalona**, club formateur historique en Espagne
- **Seigle XXI**, le Centre National d'entraînement féminin U16 – U18, qui alimente des équipes nationales d'Espagne en Jeunes (U16 et U18).
- **Le club de San Andra**, champion d'Espagne en catégorie U14 féminin.



LA JOVENTUT DE BADALONA

- Mercredi 22 Février : Visite des infrastructures du club de la Joventut de Badalona et match avec les Garçons contre les U14-U15 du club.



C'est le responsable du club, unique salarié, David Gimeno, qui nous a accueilli et qui a pris le temps de nous faire visiter leurs infrastructures, et nous avons également pu échanger sur leurs méthodologies, leurs philosophies pour le club et sur l'organisation au sein de ce club.

Le club de Badalona est un club d'une grande réputation, qui se situe dans la périphérie de Barcelone et qui évolue depuis de très nombreuses années en Liga ACB, la 1^{ère} division Espagnole.

Même s'il est depuis quelques années dans le ventre mou de ce championnat, il n'en reste pas moins un club réputé pour sa formation, ses infrastructures et son histoire (4 titres de champion d'Espagne et vainqueur de l'Euroleague en 1994 entre autre...)



Pour commencer, il est important de savoir que ce club et le seul évoluant en Liga ACB (avec l'Estudiantes) qui ouvre sa structure à la fois aux potentiels, à l'élite, mais également à tout joueur voulant jouer au Basket, quelque soit son niveau et son âge.

Ainsi, il y a 2 lignes bien distinctes lorsque vous rentrez dans le club de la Joventut de Badalona, quel que soit votre âge :

- La « School Line » : De l'école de Basket à la catégorie Séniors, pour tout le monde, avec au minimum 2 entraînements par semaine, moyennant 450€ la licence pour la saison sportive
- L' « Elite Line » : Répartie en 5 catégories : U12, U14, U16, U18 et U20. L'objectif de cette ligne est la performance avec des joueurs choisis pour faire partis de cette équipe. Ils ne payent pas de licence et ils ont les tenues d'entraînements offertes en début de saison.

La philosophie du club est néanmoins très claire : tout le monde peut pratiquer le Basket-ball et le club ouvre ses portes à tous, mais seuls ceux qui sont dans les équipes de « l'élite line » ne paient pas leur licence.

Pour autant, la philosophie de jeu est la même sur tout le monde, « School line » comme « Elite Line » :

- Entraînements basés uniquement sur le travail des fondamentaux individuels (tirs, dribbles, passes) et la répétition
- Jamais de 5c5 (sauf préparation des matchs à partir de U14-U15)
- Travail de 1c1

Spécificité de « L'élite Line » :

L'objectif pour ce club est très clair : pouvoir alimenter l'équipe 1^{ère} avec des joueurs du cru sur les 8^{ème}, 9^{ème} et 10^{ème} joueur de l'effectif professionnel.

Ceci est une volonté forte car manque de moyens.

Cette saison par exemple, sur un groupe de 15 joueurs du groupe professionnel, 7 sont issus de la formation locale.

Dès U11, ils cherchent donc les potentiels de la région pouvant intégrer leur équipe U12 élite.

Néanmoins, ce n'est qu'à partir de la catégorie U16 que les joueurs peuvent venir de l'Espagne, voire l'Europe car ils n'ont pas de structures d'hébergements et de lien avec la scolarité avant.

Tous les joueurs des équipes U12 et U14 de la Ligne Elite rentrent donc chez eux tous les soirs, et viennent s'entraîner après l'école.

Comme nous l'expliquait le responsable de la structure, ceci est véritablement un problème car en Espagne à cet âge-là ils terminent l'école à 17h30 minimum.

Chacune de ces équipes s'entraînent donc 4 fois par semaine (5 fois à partir de U16), avec d'abord 30 minutes de course dans les coursives du palais des sports 2 fois par semaine et les 2 autres fois 1h en salle de musculation pour y travailler sur la vitesse d'appuis, la proprioception, la coordination, la prise de force pour les plus âgés.

Pour exemple, les U14 commencent en général de 19h à 20h en salle de musculation ou courses, puis entraînement de 20h à 21h30 dans l'un des terrains annexes du palais des sports.

Les infrastructures du club :

Au sein du palais des sports, les joueurs bénéficient d'installations de qualités :

La salle principale où joue et s'entraîne l'équipe professionnelle mais également les U18 et les U20, avec une capacité de 8000 places.



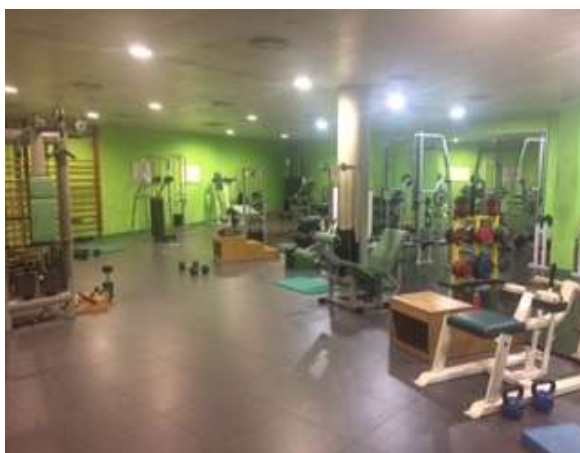
A côté dans le même complexe, on trouve 2 terrains avec parquets, tableau d'affichage et possibilité d'y rajouter des panneaux amovibles lors des entraînements des petites catégories.

Sur l'un de ces 2 terrains, ils ont même intégrés 6 caméras fixes pour avoir tous les angles du terrain, ainsi qu'un écran principal derrière la table de marque de celle-ci, avec un logiciel de capture d'image en direct. Le but étant de pouvoir travailler directement sur une séquence de jeu avec un groupe de joueurs, ou encore de corriger un défaut sur un joueur en pouvant lui montrer directement sur l'écran, passer la séquence au ralenti et même écrire virtuellement sur l'écran pour lui montrer ce qu'il aurait dû faire, comme un déplacement par exemple.

Une technologie très utile et très appréciée des jeunes joueurs.



Les équipes de la Ligne Elite bénéficient aussi de l'accès à la salle de soins, directement située elle aussi dans les travées du complexe. Comme les joueurs professionnels, ils peuvent voir médecin, kiné, et prendre de la glace sur l'une des 2 machines à glaçons présentes dans la salle de soin.



Ils ont également accès à la salle de musculation où tous les agrées sont présents.

A noter pour finir que chaque équipe possède 2 entraîneurs, et aucun n'est professionnel du métier, même pour la Ligne « Elite ».

En effet, comme nous l'expliquait le responsable du club, il est l'unique salarié « technique » du club (Hors équipe professionnelle), tous les autres entraîneurs font cela en supplément d'un métier ou sont des jeunes joueurs du club.

Chacune de ces équipes Elites (U12-U14 et U16) jouent dans un championnat Régional de Catalogne où l'opposition est forte, et seules les 3 équipes classées 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} dans chacune de ces catégories se qualifient pour les finales Nationales qui se font sur un weekend.

Les U18 et U20 jouent eux en championnat National, et toutes les autres équipes du club (celles de la School Line) jouent dans des plateaux ou championnats de secteurs.

Nous avons terminé cette visite par un match entre leur équipe Elite U14 complétée par quelques U15, contre nos U14-U15 du Pôle Espoir.

Ce fût un match intéressant car serré et avec beaucoup d'intensité. Victoire de nos jeunes sur le score de 74-68.



SEIGLE XXI

- Mercredi 22 Février : Match contre l'équipe U16 du Seigle XXI et le Pôle Espoir.
- Vendredi 24 Février : Entraînement des Filles du Pôle espoir à Seigle XXI, Centre National Féminin.

Nos jeunes filles ont eu la chance de pouvoir participer à un match et un entraînement commun au sein de la structure le centre de Formation National Seigle XXI.

Ce centre de formation National féminin est l'équivalent du Centre Fédéral, basé à l'INSEP, chez nous, et est constitué de joueuses allant de U15 à U18.

2 équipes de ce centre de formation participent à un championnat National, les U16 et les U18 qui jouent en 2^{ème} division Séniors au niveau national.

Les joueuses s'entraînent 2 fois par jour du Lundi au Vendredi.

Le recrutement au sein de cette structure nationale débute dès l'âge de 11 – 12 ans. Les entraîneurs se déplaçant sur les compétitions de sélections régionales U12 et U14, afin de détecter les futurs talents. Ces compétitions étant un moment fort en Espagne, ils peuvent observer un nombre de joueuses important à cette occasion.

La région de Catalogne, étant l'une de plus développées en Espagne sur le plan Basket, la majorité des joueuses sont régionales.

La taille reste un élément déterminant de leur recrutement, au regard du groupe observé, avec une seule joueuse en dessous du 1.80.

L'approche développée par les entraîneurs se situent autour de la polyvalence des postes en U16 et U17 et le développement des fondamentaux individuels, offensifs notamment.

La notion de fondamentaux individuels s'associant toujours pour eux à la vitesse d'exécution gestuelle et la vitesse de réaction.

A partir de U18, ils ont une réflexion autour de la notion de poste de jeu afin de favoriser leur intégration future dans le secteur professionnel.

Nous nous sommes entraînés avec les U15-U16 du centre de formation, ce fût une riche expérience pour nos jeunes filles qui ont pu profiter pleinement de l'expérience.

Au programme, travail sur le jeu rapide et la relance, tirs sous forme de contrats et 3c3 sur demi-terrain.

Nos joueuses se sont réellement investies dans cette séance, qui s'est terminée par un échange de chasubles d'entraînement entre nos Françaises et les Espagnoles.

A noter que 3 joueuses U16 qui se sont entraînées avec nous font parties de l'équipe Nationale U16 Espagnole.



FC BARCELONA

- Vendredi 24 Février : Visite des structures d'entraînement du FC Barcelona, observation de l'entraînement de l'équipe U18.
Rencontre et échange avec Jaka Lacovic – Entraîneur de l'équipe U18 et ancien joueur au Barça, vainqueur de l'Euroleague.

La première surprise concerne la qualité des installations sportives, ou sont regroupées le centre de formation du Hand – Football et Basket.

Chaque sport à son espace dédié, dans un complexe immense, d'une qualité exemplaire, bien supérieure aux installations sportives d'Etat que nous pouvons trouver à l'INSEP en terme de dimension, de proximité et de qualité.

La salle d'entraînement du Basket est composée de 3 terrain en largeur, qui peuvent tous être séparés par un mur amovible et d'un terrain central avec une tribune d'environ 1000 places.

Attenant à la salle, l'ensemble des installations complémentaires

- Vestiaires joueurs
- Vestiaires coachs
- Salle vidéo
- Salle conférence
- Salle préparation physique
- Espace de récupération....
-



Cet espace est réservé aux équipes U18 et équipe réserve du FC Barcelona. Les Professionnels viennent parfois s'entraîner pour la récupération, tout comme les joueurs blessés pour un travail individualisé.

L'équipe U18 a entraînement le matin, puis en fin d'AM, après les cours. Les joueurs ne se déplacent pas sur un établissement scolaire, ce sont des enseignants qui viennent assurer sur place les cours.

L'équipe réserve composée de joueurs proche du professionnalisme, s'entraîne également 2 fois/Jours, parfois en commun avec les U18 le matin.

Le matin est organisé autour d'entraînements longs, composés de préparation physique en début de matinée, de travail individuel et de pré collectif, pouvant aller jusqu'à 3 heures d'entraînement.

Les entraînements de l'AM sont plus courts, de 1h30 à 2h00 centrés d'avantage sur les pré collectif.

Au niveau des contenus de formation, ils séparent les U18 et les joueurs de l'équipe de réserve en termes d'objectifs et contenus d'entraînement.

- U18 : c'est pour eux la finalisation du travail de formation individuel, il n'y a pas de différenciation au niveau des postes, il y a une recherche affichée d'expertise technique autour des fondamentaux individuels notamment offensif, associé à une vitesse d'exécution gestuelle, une vitesse de déplacement sur le terrain autour de la notion de changements de rythme.

Ce rapport entre l'expertise technique et la vitesse d'exécution est au cœur de leur travail. Nous retrouvons cette thématique forte dans le discours des entraîneurs féminins de Seigle XXI.

- Equipe Réserve : cette équipe joue en 2° division espagnole, elle est constituée de jeunes joueurs entre 18 et 20 ans pour la plupart.

L'objectif est la préparation à l'intégration au monde professionnel, avec dans ce cas une approche autour de la notion de poste de jeu, développement de points forts

Une notion également importante dans l'approche est le développement de la notion de confiance en soi. Par rapport à cette dimension, sont intégrés des « vétérans » dans cette équipe, joueurs du Barça en fin de carrière ou en reconversion, qui viennent accompagner ces jeunes joueurs. L'objectif étant de pouvoir gagner des matchs et ne pas perdre tous les WE, dans une compétition difficile.

Les coachs parlent d'apprentissage de la victoire....

A ce titre Jaka LAKOVIC, maintenant coach des U18 a terminé sa carrière dans cette équipe la saison dernière avant d'entamer sa reconversion comme coach.



Au niveau du recrutement, les joueurs viennent de tout horizon. Lors de l'entraînement U18 observé, des joueurs Lettons – Serbes – Lituanien et Croate composaient l'effectif, accompagnés de joueurs espagnols.

Dès les catégories U14, ils cherchent à intégrer des joueurs à profil potentiel de toute l'Europe. Dans leur équipe U14, il y a un Bulgare, un Français (fils d'Alain DIGBEU) notamment.

Enfin, le FC Barcelona vient de créer cette année une école pour les 6 – 12 ans, où les enfants peuvent concilier dès le plus jeune âge leur scolarité et la pratique quotidienne du basket, intégrée aux cours. Ils revendiquent dans cette approche une réelle volonté de précocité dans la détection et la formation individuelle.



REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier tous nos partenaires institutionnels qui ont permis ce voyage

- La DRJSCS, qui a apporté une subvention de 3000€ et rendu ainsi possible ce déplacement.
- Le CREPS de Montpellier, par la mise à disposition du Mini Bus de la structure et diminuer de fait l'impact financier du déplacement.
- La Fédération Catalane de Basket, par l'intermédiaire de son responsable, Mr Xavi Rodriguez, qui a facilité tous les contacts sur place.
- La Ligue Régionale de Basket-ball et ses dirigeants, qui accompagnent toujours les demandes de ce type qui vont dans le sens de la formation du Jeune joueur.
- Enfin, je tiens à remercier mes deux collègues entraîneurs, Julie MASSON et Julien CORRIN, toujours disponible, malgré un emploi du temps professionnel chargé, pour m'accompagner dans ce type de projet.

