

BACK DOOR

L'info des pôles espoirs en Centre-Val de Loire

Bienvenue dans les coulisses de nos Pôles Espoirs en Centre-Val de Loire. Dans cette 7ème édition de « Back-Door », découvrez les encadrants et les joueurs du Pôle masculin sur la saison 2020/2021.



**CENTRE
VAL DE LOIRE**

STAFF ZONE

ZOOM SUR



Alexis JOUSSET

Service civique de la Ligue du Centre Val de Loire

En quoi consiste ton rôle au sein du Pôle Espoirs ?

J'ai plusieurs missions ici au Pôle, avec des objectifs bien différents les uns des autres. Cela va de l'aide au transport, à l'accompagnement des blessés présents sur le côté lors des séances d'entraînement, en passant par de l'aide aux devoirs également. Le but, c'est vraiment d'aider les jeunes aussi bien dans le basket qu'en dehors.

Il s'agit aussi pour moi d'une expérience très enrichissante au plan personnel, car le fait de côtoyer au quotidien un staff technique expérimenté et compétent permet de développer ses connaissances en matière d'entraînement et donc de progresser et d'avancer de son côté aussi. C'est vraiment ce que je recherchais et je suis content de pouvoir, déjà dans un premier temps effectuer mon service civique, car ce n'était pas gagner au départ avec la situation actuelle, mais surtout de pouvoir apprendre chaque jour un peu plus.

POINT TECHNIQUE

CONSEILS DU COACH :

- Adapter les distances de passes en fonction de la catégorie entraînée
- Exiger de la qualité dans les tirs (1 vs 0)



Éric WINTELER

Kinésithérapeute du Pôle Espoirs Masculin Centre Val de Loire

Que faire pour gérer au mieux une reprise et prévenir les blessures au niveau des jeunes joueurs ?

C'est vrai qu'il faut faire attention car au dessus de 3 semaines d'arrêt (type confinement par exemple), il faut reprendre une vraie préparation athlétique, comme pour un début de saison « normal ». Il faut vraiment y aller progressivement sur le travail en explosivité ou pour le travail avec charge par exemple.

Les joueurs du Pôle avaient un programme à réaliser (en autonomie) durant le premier confinement, de façon à maintenir un certain niveau d'activité physique. Il était important qu'ils aient une routine d'entraînement avec notamment des étirements et du gainage, afin de garder un certain rythme.



Cliquer sur l'image pour lire la vidéo

PLAYERS ZONE

ITW RAPHAËL DENISE AWONO

AGE : 13 ans (génération 2007)

POSTE : 1

VILLE D'ORIGINE : Joué les Tours (37)

CLUB D'ORIGINE : ASJ Jocondien (U9 à U13)

CLUB ACTUEL : Tours Basket Club (U15 Elite)

1) Un entraîneur qui t'a marqué ? :

Il y a Bastien Bourhis que j'ai eu quand j'étais en sélection U11 avec le 37, et je rajouterais aussi Alexandre Gauthier qui m'a suivi de U9 à U13 à l'ASJ.

2) Ta qualité première sur le terrain ?

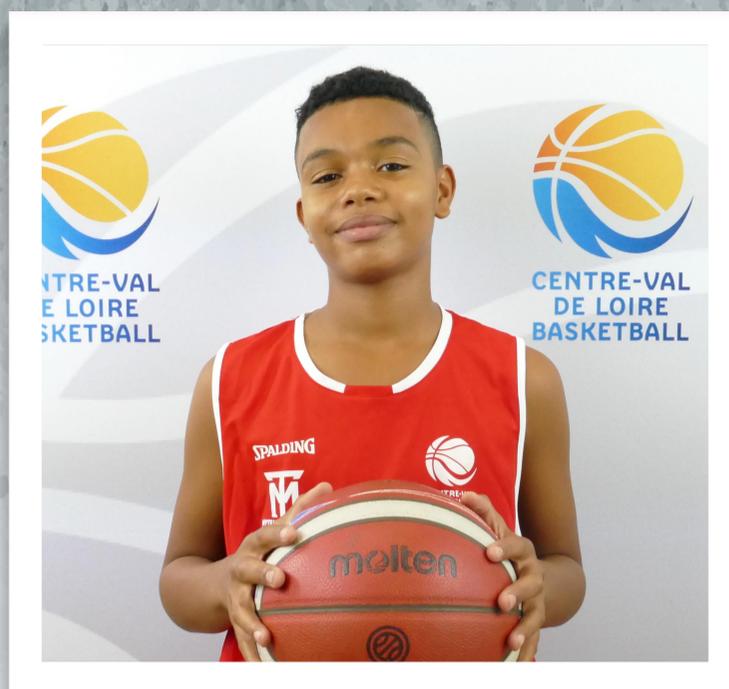
On m'a souvent dit que je défendais plutôt bien sur l'Homme, et puis je dirai la vitesse aussi de manière générale, que ce soit avec ou sans la balle.

3) Dans la vie de tous les jours, quels sont tes centres d'intérêt ?

Je suis vraiment beaucoup dans le basket, mes loisirs sont vraiment très centrés autour. Bien sûr, j'aime aussi passer du temps avec ma famille et me promener avec eux, ou encore retrouver mes amis aussi.

4) Comment se passe ton cursus au Pôle ?

Ça se passe bien c'est vrai, mais j'avoue que j'aimerais être plus avec les 2007 notamment au collège parce que c'est ma génération (Raphaël a sauté une classe et se retrouve donc en 3ème avec les 2006). Mais sinon oui ça se passe bien.



Je suis content des rencontres que j'ai pu faire ici, que ce soit avec ceux de la génération 2006 que je ne connaissais pas en arrivant ou même encore avec l'ensemble du staff technique du pôle.

5) Tes projets à l'avenir ?

Clairement mon projet c'est d'avoir mon brevet et avec la meilleure mention possible. Mais sinon concernant le basket, je veux trouver un centre de formation à la sortie de ma 2ème année et aussi aller le plus loin possible dans les sélections et les différents tournois avec la Ligue du Centre.

6) Plutôt Tours ou Orléans ?

Nan c'est Tours quand même. J'ai grandi là-bas et je trouve qu'il fait mieux vivre de manière générale qu'à Orléans. Après, l'avantage d'Orléans, c'est que tout est regroupé et que l'on a vraiment tout sur place, que ce soit le collège, le centre-ville ou encore le Palais des sports. C'est plus « pratique » qu'à Tours c'est vrai.

VIDÉO BONUS : TRAVAIL DE GESTUELLE



Cliquer sur l'image pour lire la vidéo

PLAYERS ZONE

ITW NOA ESSENGUE

ÂGE : 14 ans (génération 2006)

POSTE : 2/3/4

VILLE D'ORIGINE : St Jean de Braye (45)

CLUB D'ORIGINE : ABC St Jean de Braye (de U11 à U13)

CLUB ACTUEL : CTC Orléans Métropole (U15 Elite)

1) Un entraîneur qui t'a marqué ?

Je vais mettre Kevin Thénot qui m'a coaché en U13 Région à St Jean de Braye.

2) Ta qualité première sur le terrain ?

Principalement l'adresse extérieure je dirais et puis aussi l'agressivité vers le cercle.

3) Dans la vie de tous les jours, quels sont tes centres d'intérêt ?

C'est priorité au basket clairement et puis j'aime bien passé du temps avec ma famille aussi. Ah et l'école bien entendu...parce que c'est important.

4) Comment se passe ton cursus au Pôle ?

Très bien vraiment. La première année était plus dure parce qu'il fallait s'adapter au nouveau rythme et puis on jouait contre les 2005 alors c'était plus difficile aussi. Mais cette année tout se passe très bien.



5) Tes projets à l'avenir ?

Mon but c'était vraiment de faire un bon Camp National (16 au 21 décembre 2020) pour ensuite pouvoir participer aux tests d'entrée à l'INSEP (organisés du 1 au 5 mars 2021), pour pouvoir y aller l'année prochaine.

Après l'INSEP, ça serait d'arriver à partir dans un club professionnel et puis si on peut, pourquoi pas aller en NBA un jour.

6) Qu'est-ce qui te plaît à Orléans ?

C'est une ville où il y a vraiment beaucoup de basket avec le Pôle ou encore l'OLB, mais pas que, il y a pleins d'autres sports en plus. Et puis ce qui est pratique aussi, c'est que l'on a tout sur place que ce soit des restaurants ou des magasins par exemple.