



LA SAINT-LOISE
GYMNASTIQUE

Newsletter n°8 – 15 novembre 2018



L'aventure TOP 12

CHAPITRE 7 – La conférence de presse

La conférence de presse

Vendredi dernier avait lieu la conférence de presse de la Saint-Loise, en vue du TOP 12. Elle s'est déroulée au sein du club, dans la salle de motricité, agrémentée pour l'occasion des affiches de la rencontre du 8 décembre contre l'équipe d'Avoine.

En face du premier rang occupé par les gymnastes de l'équipe, Franck Levavasseur, Président du club, Christiana et Vincent Canavy, les entraîneurs ainsi que les deux leaders de l'équipe, Loïcia Porte et Adélaïde Challes se sont installés pour expliquer plus largement le TOP 12 à l'assemblée et pour répondre aux questions. Étaient également présents des journalistes ainsi que le comité directeur de la Saint-Loise et le proviseur du lycée Leverrier, Monsieur Cognet.

De gauche à droite : Christiana, Vincent, Franck, Adélaïde et Loïcia



En guise d'introduction, le Président est revenu sur l'historique du club et a donné des chiffres clés. Depuis la création de l'association en 1880, le club est devenu le 15ème plus gros club national et compte cette année plus de 1050 licenciés !

Avec le temps, les cours de gym proposés se sont diversifiés pour attirer un large public toujours plus présent. Aujourd'hui, le club propose des cours pour tous les âges et tous les goûts. Il rappelle aussi que la Saint-Loise tient beaucoup à garder l'aspect loisir de la gymnastique. Même si cette partie de gymnastes est beaucoup moins mise en avant au quotidien et dans la presse, ce sont ces gymnastes loisirs, des tous-petits aux adultes qui constituent la majorité des licenciés. C'est alors l'occasion pour Franck de rappeler les activités proposées par le club, les lieux d'intervention mais aussi de présenter l'ensemble des salariés.

Le Président est également revenu sur les horaires aménagés qui ont permis à nos 11 gymnastes d'atteindre le haut niveau. Des remerciements particuliers ont été adressés au proviseur du Lycée Leverrier qui permet aux gymnastes de concilier études et pratique gymnique ainsi qu'à Saint-Lô Agglo pour l'aide précieuse apportée au club pour l'obtention du praticable à ressort, condition sine qua non à la participation d'un club en TOP 12. Monsieur Cognet a d'ailleurs salué « *l'excellent état d'esprit des lycéennes* » scolarisées à Leverrier.

Après cette rapide introduction, il était enfin temps d'entrer dans le vif du sujet : le TOP 12. Chaque gymnaste, vêtue du survêtement du club, a été présentée une à une et pour les plus jeunes cette première mise en lumière n'a pas forcément été facile. Malgré tout, toutes ont assumé leur place dans l'équipe et se sont montrées attentives aux échanges. Vincent en a profité pour rappeler que les filles qui composent l'équipe sont toutes des filles du club, qui s'entraînent depuis des années ensemble et qui ont donc l'avantage de bien se connaître et de se soutenir à chaque moment.

Suite à cela, Vincent et Christiana Canavy ont pris la parole afin d'évoquer le championnat du TOP 12 qu'il qualifie de « *semi professionnel, voire professionnel* ». Ils ont rappelé que cette compétition se joue sous forme de duel et nous ont expliqué les modalités. Vincent a annoncé les objectifs que l'équipe, gyms et entraîneurs, se sont fixés pour cette année.

Tout d'abord, l'équipe vise à se maintenir dans le TOP 12. Venant de Division Nationale 1 la tâche sera ardue, mais rien n'est jamais perdu et l'équipe a bien l'intention de se battre jusqu'au bout. Vincent précise que l'objectif n'est pas de gagner chaque rencontre mais de « *juste battre l'adversaire* » lors des duels. L'objectif est, en effet, de remporter un maximum de points, de gagner un maximum de duels ou au moins ne pas en perdre avant d'aller au match de barrage.

La pression est montée un peu dans le premier rang de l'assemblée lorsque Vincent a rappelé que chaque gymnaste passait une par une, avec toute l'attention du public et des juges sur chacune d'elles. Tous ont bien conscience que ce format de compétition est beaucoup plus stressant, qu'il y a beaucoup plus d'enjeu à chaque passage aux agrès et que la stratégie tient une place importante.

Cette compétition TOP 12 est très formatée, les organisateurs ont des horaires précis à respecter. Par exemple, le tirage au sort des gymnastes est effectué juste avant le début de la compétition : l'entraîneur dispose de 10 secondes pour annoncer le nom de la gymnaste qui effectuera le duel, ce qui ne laisse pas de place à l'improvisation !

Il faut savoir que sur 8 gymnastes qui s'échauffent, seules 3 d'entre elles passent au duel, il faut donc élaborer toute une stratégie en désignant lesquelles s'échauffent ou pas. Ici, il est question de savoir ce que chaque entraîneur veut dévoiler, ou pas, de son équipe.

Les clubs du TOP 12 pourraient, à terme obtenir un Label Fédéral de club Formateur TOP 12 qui peut être un réel tremplin pour le club mais qui comporte énormément de conditions comme celle d'avoir un praticable à ressorts ou encore une veille médicale au sein du club. Cela pourrait permettre de solidifier et élargir les partenariats avec les établissements scolaires par exemple.

L'objectif de la réflexion de la FFG par rapport à ce label, serait de favoriser et de valoriser les clubs qui entraînent réellement leurs gymnastes.

Après ces explications techniques, Vincent et Christiana se sont félicités de la formation purement locale de leur équipe Élite puisque les filles viennent toutes de la région et pratiquent ici depuis plusieurs années.

Pour les deux entraîneurs, cette formation locale permet de suivre au mieux les gymnastes et « *draine une dynamique que les autres clubs n'ont pas* ». De plus, les supporters connaissent les gymnastes et sont donc directement touchés par leur histoire.

Il faut savoir qu'en France, il y a très peu d'équipes purement françaises. Parmi elles figurent évidemment Saint-Lô, Lyon ou encore Combes-la-Ville.

Nos concurrentes par exemple, comptent en leur sein plusieurs gymnastes de nationalité étrangère. En effet, l'équipe d'Hénin-Beaumont compte dans ses rangs 3 belges dont deux reviennent du tout récent Championnat du Monde de Doha tandis qu'Avoine a noté sur sa liste de gymnastes une roumaine et une russe.

Nous parlions de stratégie tout à l'heure, et bien nos entraîneurs saint-lois sont dans une réflexion très active par rapport à cela. Chaque club a ses propres méthodes pour se préparer mais avec la facilité d'accéder aux vidéos des gymnastes sur internet, il y a fort à parier que le nombre de vues des vidéos des gymnastes du TOP 12 explose !

Cependant, cette préparation en amont ne suffit pas. Le Jour J est aussi primordial dans la stratégie. Il faut en effet tenir compte de l'état de forme des gymnastes mais l'observation de l'échauffement est bien évidemment aussi important.

L'avantage pour la Saint-Loise c'est que les entraîneurs connaissent leurs gymnastes et savent où elles en sont dans leur préparation, quel est leur état d'esprit. En effet l'entraîneur connaît les gymnastes et sait ce qu'elles sont capables de donner. Le travail est quotidien avec elles, c'est un travail à long terme qui amène à une relation de confiance et une progression conjointe. C'est également un élan pour le club, une dynamique que les autres clubs n'ont pas. Il y a une vraie cohésion d'équipe.

Lorsque des gymnastes étrangères entrent en jeu, comment savoir si elles sont bien dans leur tête ? Ce qu'elles sont capables de renvoyer à cet instant précis ?

Il est important de savoir que, même si une équipe compte plusieurs étrangères, sur les 3 duels à chaque agrès, une seule gymnaste étrangère n'a le droit de dépasser à chaque agrès. Tout est alors possible....

D'un point de vue organisationnel, afin de préparer les autres compétitions par équipe, Vincent a rappelé que les gymnastes qui ne feront qu'un duel par match auront la possibilité de faire partie d'une autre équipe. En revanche, les gymnastes qui participent à plusieurs duels sont référencées comme des gymnastes de l'équipe TOP 12 et ne pourront donc s'aligner qu'en individuel.

Même de rien, cela joue aussi dans la stratégie des entraîneurs puisque le TOP 12 n'est pas le seul championnat par équipe de la saison.

Lorsqu'on demande aux Saint-Loises quelle équipe leur fait le plus peur entre Hénin-Beaumont et Avoine, avec humour, elles nous répondent « Saint-Lô ! », preuve de leur détermination et leur mental solide !

Les filles et leurs entraîneurs sont hypermotivés et travaillent d'arrache-pied pour être prêts dans deux semaines. Rappelons-nous en effet que le club se déplacera à Hénin-Beaumont le 24 novembre pour le premier match de TOP 12. Ce sera le tout premier dans l'histoire du club et tout le monde prévoit de donner le maximum.



En fin de conférence, le club a officiellement lancé l'ouverture de la billetterie pour le match du 8 décembre à la Salle Beauvils de Saint-Lô. Les billets sont vendus entre 8 et 5€ et l'intégralité des recettes servira à financer les déplacements et faire vivre le club. Vous pouvez vous procurer ces billets directement au club.

À bientôt...