

BASKET

# Le stage du BBC Brainois fait le plein, avec les mesures...

La Balad'Arena est animée cette semaine

**M**algré des circonstances particulières, les jeunes ont ré-pondu présents pour le stage de reprise. Un constat s'impose cependant : leur manque de condition physique.

Quarante joueurs du club, divisés en bulle de dix, ont repris cette semaine à la Balad'Arena. Les dirigeants du club ont tout mis en œuvre pour respecter les gestes barrières afin de garantir du mieux possible la sécurité.

Les entraîneurs, au nombre de quatre, portent d'ailleurs un masque et le gel hydroalcoolique est de rigueur avant l'entrée dans la salle. « Vingt jeunes dans la salle, répartis sur deux terrains. Les plus de 12 ans mettent un masque dès qu'ils ne sont plus en activité. L'arrêt du basket pendant de longs mois n'a pas eu trop de conséquences sur le plan technique. C'est comme le vélo, cela revient très vite, par contre physiquement, je ne peux que constater que beaucoup sont restés à l'arrêt pendant cinq

mois.

Le but est qu'ils reprennent le goût de jouer au basket, de reprendre la balle en main qui leur a tant manqué et aussi de leur redonner un peu de condition physique. Nous essayons d'éviter, dans la mesure du possible, les contacts en mettant l'action sur les fondamentaux, retrouver du shoot, du dribble... » confie Florent Poliart, le coach de la R2.

« Lors de chaque séquence, deux groupes sont à l'extérieur. Il y a des rotations durant la journée pour ne garder que deux groupes en même temps à l'intérieur. Cela pose toutefois des problèmes car ce lundi nous avons subi un orage, ce sont des contraintes que nous n'avons pas habituellement. Malheureusement, celles-ci feront partir de l'avenir et nous n'avons d'autre choix que de s'adapter. Je pense qu'on devra vivre avec ce virus durant quelque temps. Il faudra essayer de le dompter », enchaîne Philippe Letroye.

**SCEPTIQUE POUR LA REPRISE**

La compétition, tous les basquetteurs l'attendent, mais Philippe Letroye n'évacue pas les incertitudes qui planent encore : « Je suis assez sceptique pour la reprise de la compétition. La preuve en est que nous avons reporté tous les entraînements des jeunes au mois de septembre et la Fédération a postposé d'un mois la reprise de la compétition. Je suis curieux de voir comment les instances vont aborder la reprise des championnats. Le contact sera inévitable et on ne connaît pas les adversaires. On ne sait pas quel est leur sérieux par rapport au contrôle du virus. Si tout le monde montre de la bonne volonté et est attentif, je pense que nous pouvons nous en débarrasser relativement rapidement ou du moins ne pas en subir trop les conséquences. Nous sommes malheureusement dépendants des excès et c'est ceux-là qui risquent de nous faire mal durant la saison. »

DOMINIQUE NUYDT



Certains sont à l'intérieur, d'autres à l'extérieur. © D.N.

**La fatigue se fait déjà ressentir**

« Bougez ! Faites du sport ! »

« L'esprit des jeunes est positif, ils sont très contents de revenir dans la salle pour pratiquer leur sport favori. Par contre, leur condition physique est catastrophique, cela fait cinq mois qu'ils n'ont plus fait grand-chose et cela se ressent dans le stage. Après une journée, ils étaient déjà fatigués alors que les autres années, il fallait attendre la moitié du stage pour que la fatigue se sente. Les entraîneurs vont devoir se montrer suffisamment intelligents pour

doser les efforts. Aux jeunes, je leur conseillerais de bouger à nouveau, d'aller courir avec papa ou maman, de faire du sport. C'est ce que je conseille en tant que professeur de gymnastique à mes élèves : ne restez pas à rien faire, allez grimper dans les arbres, courir dans le jardin et ne restez pas assis devant la télévision ou un ordinateur. C'est toute une éducation qui devra être refaite », constate Philippe Letroye. Il se pose néanmoins des questions sur l'ave-

nir : « Je serais aussi curieux de voir si tous nos affiliés vont revenir à la reprise. En juin, les sceptiques ne sont pas rentrés à l'école, que feront-ils pour le basket ? J'estime qu'il est temps que nos politiciens et grands responsables arrêtent de nous raconter des bobards, qu'ils nous donnent une ligne de conduite plus sensée. Il ne sert à rien d'alarmer tout le monde et de vivre dans un climat anxiogène, néfaste pour tous. »

D.N.



Le sourire malgré tout. © D.N.



Il a fallu s'adapter aux conditions. © D.N.



Les petits étaient aussi de la partie. © D.N.

20006434082

**soir mag**



**Dès ce mercredi**

**Rocambolesque**  
Il trafique le parachute de sa femme pour la faire disparaître.



**Sédentarité**  
La paresse physique est le 4<sup>e</sup> facteur de risque de décès dans le monde.



**Vols de vélos**  
Toujours plus nombreux : on dérobe plus de 80 bicyclettes par jour en Belgique !



**Abonnez-vous dès maintenant !**

12 mois au prix de 120 € au lieu de 156 € (prix de vente au numéro). Tél. 02-616 20 00 - Fax. 02-225 59 01 - www.soirmag.be