

LA NEWSLETTER DU CREF

Bientôt les détections pour les nouveaux entrants !

Bienvenue dans cette deuxième édition de la Newsletter. Nous allons commencer par féliciter nos joueurs pour leur titre de champion académique à Nevers. Ils tenteront de conserver leur titre de champion inter-académique le 3 avril à Dijon.



L'INTERVIEW DE L'ANCIEN

LEBIAN Colin



Surnom : Col's
Âge : 19 ans
Poste : 3^{ème} ligne
Etudes : Bac S -> STAPS
Début du rugby : à l'âge de 5 ans
Passage au CREF : Septembre 2015 à Juin 2017
Club actuel : Dijon (fédérale 1), 2 sélections France à VII.

Comment est-ce que tu as vécu tes 3 années au CREF ?

Je n'ai fait que 2 années au CREF. Je suis arrivé en première suite à la réussite des tests d'entrée. Je me suis vite intégré avec les autres. J'ai vécu deux très belles années qui m'ont beaucoup apporté dans la vie, sur et en dehors du terrain.

Difficile le fait de concilier études + sports ?

J'ai trouvé surtout difficile l'année de mon bac. On bossait tard avec Jules Favre, et en plus de ça, il fallait s'entraîner tous les jours. Malgré ça, c'était mon choix et j'ai totalement assumé. J'ai eu mon bac avec mention tout en jouant en CRABOS.

Ouverture des recrutements pour la saison 2019/2020 !

Les recrutements pour le Centre d'Entraînement Labellisé de la saison 2019/2020 sont désormais ouverts ! Cette structure vous permettra d'effectuer un double parcours en alliant école mais aussi sport avec toutes les exigences du haut niveau.

Pour vous inscrire, il suffit de télécharger le dossier, de le remplir et de le renvoyer avant le 11/04/2019 à l'adresse suivante : Ligue BGFC - 8 chemin des Mariages - 21200.

Suite à cela, une journée de recrutement se déroulera au Stade Bourillot à Dijon le jeudi 18/04/2019. L'adresse du stade : 75 route de Dijon - 21600 Longvic.

Vous pouvez retrouver les dossiers à télécharger sur le site de la ligue au lien suivant : <https://www.rugbybgfc.fr/ouverture-recrutement-cref-bgfc-saison-20192020/>



Interview croisé joueur/joueuse



Dans cette interview, vous aurez le témoignage de 1 joueuse de 2ème année et 1 joueur de 3ème année. Ils ont fait toutes leurs années au CEL et pourront nous parler de leur expérience au sein même de la structure.



Thibaut Perrette



Lou Fleury

Présentation

Âge : 18 ans
Classe : Terminale Bac Pro
Début du rugby : à l'âge de 4 ans
Ton poste : Ailiers/Arrière
Ton club : CO Creusot / ABCD XV

Âge : 17 ans
Classe : 1ère S
Début du rugby : à 13 ans
Ton poste : 15-10
Ton club : Gazelles / AS Autun

Qu'est-ce qui t'a poussé à venir au CEL ?

J'ai eu envie d'évoluer au meilleur niveau à mon âge. Je voulais aussi m'améliorer sur tous les points : physiquement, techniquement et mentalement.

J'ai eu envie de continuer le rugby, avoir plus de sports et d'entraînements par semaine, ce qui n'était pas possible avec un cursus normal. Donc j'ai voulu intégrer le CEL.

Difficile pour toi de concilier études + sports ?

Etant donné que je suis en bac pro, j'arrive plutôt bien à gérer sports et études.

Au début, c'est assez compliqué de cumuler les deux, puis on s'habitue. Je pense qu'il faut savoir réserver un temps pour chaque activité pour s'organiser.

Qu'est-ce que t'a apporté le CEL durant tes années ?

Le CEL m'a beaucoup fait grandir mentalement. Il m'a permis de progresser techniquement et physiquement grâce aux nombreux entraînements mis à notre disposition durant les semaines.

Ça m'a apporté de la confiance en moi, savoir repousser ses limites. J'ai aussi beaucoup appris techniquement et j'ai progressé physiquement. Cela m'a également apporté beaucoup d'autonomie.

Tu trouves qu'il y a une bonne cohésion entre tous les membres du centre ?

Oui, il y a vraiment une bonne ambiance entre tous le monde. Surtout que cette année, la majorité des personnes aident les plus jeunes, ce qui permet vraiment un environnement plus sain et une bonne vie de groupe.

Entre les filles, on s'entend toutes bien. On croise moins souvent les garçons, on est un moins avec eux, mais les entraînements en commun permettent d'apprendre à se connaître en plus des soir à l'internat.

Ton meilleur souvenir au CEL ?

Au sein du CEL, c'est la 4ème place au championnat de France à Anglet en 2018. J'espère qu'on fera mieux pour la dernière année. Avec ABCD XV, c'est le titre de champion de France à 7 à Toulouse en septembre 2018.

Les championnats de France avec les filles

Qu'est-ce que ça t'a apporté tant sur l'humain que rugbystiquement ?

Humainement, j'ai appris à vivre avec un groupe grâce à l'internat, ça m'a aussi apporté des amis avec qui aujourd'hui, j'entretiens toujours d'excellents liens. Le CREF m'a beaucoup servi notamment lorsque j'en étais le "capitaine", car cela m'a fait devenir beaucoup plus mature par le biais des responsabilités. Rugbystiquement, le fait de me permettre d'arriver d'un petit club comme Migennes et de jouer en CRABOS, m'a tellement fait progresser tant physiquement que techniquement. C'est une excellente rampe de lancement pour des jeunes joueurs comme moi.

L'après CEL/lycée pour toi ?

En sortant du CREF, je me suis engagé au Centre d'entraînement du Stade Dijonnais. Je m'entraînais donc autant de fois par semaine qu'avant, cela m'a permis de garder ce rythme et de continuer à progresser. J'ai aussi fait une troisième demi-saison de CRABOS avant de jouer avec les espoirs fédéraux puis en fédérale 1. Au niveau des cours, j'ai fait un semestre de Biologie avant de me réorienter en STAPS. Aujourd'hui je fais parti du groupe première du Stade et je suis toujours en STAPS.

Des conseils à donner aux nouveaux entrants ?

Ne jamais rien lâcher, tout en se fixant des objectifs. Je conseille également de s'entourer d'amis qui vont toujours nous tirer vers le haut. Après, il faut aussi prendre du plaisir car ces années d'internat et de lycée sont des années mémorables.

Ton meilleur souvenir ?

La médaille de bronze remporté au championnat de France UNSS à 7 en troisième année. C'était un moment riche en émotions.