



N2 : La mission impossible des préparateurs physiques

Entre arrêts inattendus et fausses reprises du championnat cette saison est un casse-tête insoluble pour les préparateurs physiques des équipes de N2.

« Il a fallu s'adapter en fonction de l'évolution. Quand nous ne pouvions pas nous entraîner je me suis déplacé chez les joueurs qui habitaient à 1 km à la ronde pour les faire travailler par petit groupe en extérieur. Quand nous avons pu nous entraîner sur Costebelle par groupes de sept joueurs ayant des contrats j'ai opté pour du travail d'aérobie et des ateliers techniques. Il y avait les 2/3 de l'effectif. Nous gardions le contact. C'était un moyen d'évasion » explique Léo CASALI le préparateur physique du Hyères FC. Du coup comme la situation a été exceptionnelle, les liens se sont renforcés entre lui et les joueurs. « Je n'ai pas lâché les joueurs durant cette période. Certains étaient à la limite de la dépression car leur famille était loin et il n'y avait plus de loisirs (restaurants, sortie, soirées, etc.). Il y a eu beaucoup de dialogues individuellement parlant. Du coup aujourd'hui nous sommes plus proches. Il y a une vraie confiance qui s'est instaurée. Les joueurs se livrent davantage et se donnent plus » avoue-t-il.

Et ce n'est pas fini...

Même son de cloche du côté de son homologue du Sporting Club de Toulon, Kevin Bauer. « Il y a eu un gros travail d'entretien avec des séances ludiques et d'autres plus besogneuses afin d'éviter une routine. Nous avons quand même connu un mois sans s'entraîner et sans date de reprise c'était compliqué de se projeter. Quand on nous a dit le 13 mars nous avons opté pour des charges de travail de plus en plus lourdes avant de relâcher la semaine du match. Malheureusement il va encore falloir attendre et se réajuster car c'est tombé à l'eau » précise-t-il. En effet, cette saison galère pour les préparateurs physiques est loin d'être terminée car l'hypothèse de finir les matchs allers pour officialiser des montées et surtout les descentes de National demeure d'actualité...

A.D.