



# Newsletter décembre 2023 par Ismail KHERZANE

## Actualités Jeunes

Le Rennes Pôle Association organisait des stages de basket aux vacances scolaires d'octobre 2023 pour les catégories U11 à U15.

Pendant 4 jours, une cinquantaine de basketteurs sont venus profiter de l'encadrement d'Ismail, Jeremy, Mylan, Ronan et Thomas.



Renforcement des fondamentaux individuels le matin, 1c1, 2c2, 3c3 et matchs autour du jeu de relance et de la compréhension/lecture offensive l'après-midi.

Les joueurs ont même eu la chance de tester leurs talents face aux basketteurs de l'équipe de Nationale 1 Masculine de l'Union Rennes Basket.



Merci à tous, joueurs et encadrants, pour leur motivation et leur enthousiasme !





## Actualités Seniors

### « Le compteur débloqué pour la NM2 ! »

« Un début de saison mitigé dû à une préparation mitigée » nous explique Quentin Lefort, nouveau coach de l'équipe première toujours assisté d'Antoine Euveline.

En effet, plusieurs blessures durant la présaison et le manque de repères sur le terrain ont fait pencher la balance du côté des adversaires en ce début de saison. Malgré des défaites de peu de points, le groupe de la NM2 n'avait pas réussi jusqu'alors à changer la tendance. Mais la réception de US Roncq aux 2 rives a mis fin à cette mauvaise série de défaites en gagnant et avec la manière (95-73). « Notre impact en défense et notre capacité à jouer vite vers l'avant nous a permis de prendre l'avantage en fin de première mi-temps et nous avons réussi à garder l'écart jusqu'à la fin du match » s'en réjouissent les deux coachs pour leur première victoire devant son public.







Suite à ce succès à domicile, l'équipe se déplaçait en terre nordiste pour y jouer Wasquehal qui se soldera par une défaite de 20 pts où encore l'absence de certains joueurs et le manque d'adresse on fait défaut. L'occasion de retrouver la victoire se présente contre Cergy (3<sup>ème</sup> du championnat). Une nouvelle fois à domicile, les joueurs ont d'autant plus envie d'y gagner devant leur proches et les supporters.

L'envie de bien faire les choses et le fait de jouer les uns pour les autres aura eu raison de cette équipe parisienne. Après un début de match serré et un retour au vestiaire à la mi-temps partagé, nos Rennais ont su mettre l'accent en défense pour encaisser que 57 pts dans la rencontre. « **L'agressivité mise par tous les joueurs durant les 40 minutes nous a permis de créer et de garder cet écart. C'est une vraie victoire collective qui fait du bien à tout le monde et en espérant voir cette salle encore plus remplie que face à Cergy pour les prochains matchs** ». Score final : 83-57.





## Interview du mois

### Bonjour, peux-tu te présenter ?

Bonjour, je suis Quentin Lefort, 26 ans, originaire de Tours où j'y ai vécu 21 ans avant de partir coacher à Hennebont en NM3 et passer mon DEJEPBS (diplôme pour devenir coach).

### Quel est ton rôle au sein du Rennes PA ?

J'ai pour rôle d'entraîner et de coacher avec Antoine l'équipe de Nationale 2 masculine. Je m'occupe également du planning des partenaires d'entraînement avec l'équipe de NM1 et NM2 afin que tous les joueurs puissent s'entraîner un maximum de fois que possible ainsi les aider à progresser.

Je jette un œil sur les jeunes de la PNM et les U18 pour quelques fois en prendre avec nous aux entraînements, voir faire les matchs.

### Que fais-tu en plus de tes interventions au Rennes PA ?

Je suis assistant avec l'URB où j'ai des missions sur la vidéo individuelle ou collective sur les entraînements et à côté de ça je suis salarié à l'ASPTT de Rennes où j'ai en charges les entraînements des jeunes ainsi que le coaching des seniors en D1.

### Quel est ton ressenti à ton arrivée et comment vois-tu l'équipe d'ici les prochains mois ?

J'ai été très bien accueilli par l'ensemble du club du RPA et le fait de connaître certains joueurs a facilité l'échange avec les autres. J'ai eu besoin de m'adapter au niveau NM2 car ce n'est pas du tout la même chose que la NM3.

Et mon ressenti pour les prochains matchs et mois qui arrivent est positif au vu de notre dynamique, nous devons continuer dans cette volonté de défendre fort et de jouer ensemble. Si nous prenons chaque adversaire au sérieux et ne pas retomber dans nos travers du début de saison nous pouvons faire de très belle chose à l'image du match contre Cergy.

**Merci et à bientôt au bord du terrain de l'espace des 2 rives !!!**

