

sur le

# BUZZER



## La newsletter du



FACILITATEUR DE BASKET

### LE SERVICE... VERSION CIVIQUE

Pour accomplir sa mission de « facilitateur de basket », le Comité s'appuie sur ses ressources internes que sont les élus, mais quand c'est nécessaire sur des membres cooptés, des prestataires externes ou encore des salariés en charge d'une mission précise.

Il lui est possible également d'utiliser à plein les dispositifs proposés par la législation, et c'est ainsi qu'une réflexion a été engagée, tout comme elle l'a été dans de nombreux clubs, sur la mise en place de « Services Civiques ».

Suite au recrutement initié par le Comité, le président Denis Oehler a le plaisir de vous annoncer que ce sont 5 Services Civiques qui rejoignent cette saison le CD67.

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier et jusqu'au 31 août Auriane Lux et Julien Lenne sont en fonction aux côtés de Laurence Lemarchand pour la partie technique. Jusqu'au 14 septembre ce sont Cécile Kocher (événementiel, CTC, OBE), Marine Muller (sport santé, sport pour tous) et Florian Bô (sport en milieu défavorisé, 3x3) qui intègrent à leur tour le Comité.

Ils participeront aux actions menées par Lionel Mainas, mais pourront être sollicités pour des activités ponctuelles à la Commission Technique.

Bien entendu, tout ceci demande un petit aménagement de nos espaces de travail.

Nous leur souhaitons une cordiale bienvenue, et les remercions par avance de nous aider à développer le basket dans notre département.

### SOMMAIRE

- 1- Le service, version civique
- 2- Parole de prez : Claude Weber
- 3- Le point sur la formation des arbitres
- 3- Brèves de parquet
- 4- Le basket à tout âge



Cécile, Florian,  
Marine, Julien.

## PAROLE DE PREZ CLAUDE WEBER

C'est à Claude Weber, qui préside à l'envol des Libellules depuis 25 ans que le Buzzer donne la parole dans ce numéro. Un club créé en 1925 et qui - comme la quasi totalité des associations sportives - repose sur le talent désintéressé de femmes et d'hommes qui donnent de leur temps avec pour objectif commun de permettre aux 250 licenciés réunis dans 20 équipes d'évoluer en championnat pour leur plus grand plaisir.

*«Un club, ce sont toutes les occasions de se retrouver pour pratiquer notre sport favori, mais aussi pour se retrouver, échanger, rire, organiser des soirées, des après matches, des goûters pour les jeunes et moins jeunes, en invitant toujours l'équipe adverse. Notre club c'est une richesse pour l'indispensable cohésion sociale, de plus en plus nécessaire par les temps qui courent ! Et que serait « les Lib' » sans ses cadres techniques, avec ou sans diplôme ?.....rien !»* précise Claude qui rappelle également qu'«un club c'est comme une P. M. E : il faut à sa tête un président qui soit un véritable chef d'orchestre, capable de donner la mesure pour danser ici un rock, là une valse, ou un slow.... Il est entouré d'un CODIR et d'un réseau au sein du club, avec des solistes de qualité, chacune et chacun dans son domaine». Car en effet, l'environnement se fait de plus en plus exigeant : joueurs et parents attendent un encadrement de qualité, une réelle compétence pour progresser tout en s'amusant.

Le prez se plaît alors à rappeler qu'« une équipe aux Lib, c'est une ou un cadre technique compétent à la tête, une ou un délégué d'équipe, l'officiel de la table de marque, souvent 2 ou 3 parents, le parent qui lave l'équipement, les parents qui à tour de rôle (ou même les enfants) font les gâteaux pour l'après match, ceux qui acceptent de conduire les jeunes pour les rencontres à l'extérieur, les parents encore qui organisent les goûters d'anniversaire... les parents qui trouvent des partenaires. Et bien d'autres tâches...». Tout une organisation, souvent méconnue ou mal considérée, mais



néanmoins indispensable pour assurer durablement le fonctionnement d'un club.

*« Notre club a également dans ses valeurs de proposer des formations pour les dirigeants, les joueurs, les cadres techniques, des arbitres, des officiels à la table de marque, et cette amélioration des compétences techniques de nos cadres a été facilitée grâce aux moyens humains mis en place par un autre chef d'orchestre, le président Denis OEHLER, avec son équipe du CD67 ». C'est alors avec une réelle satisfaction que Claude Weber voit revenir de formation un jeune arbitre ou un cadre technique ayant brillamment obtenu son diplôme.*

Quant à l'esprit de compétition, s'il est bien ancré aux Lib', il ne doit pas cacher celui d'ouverture dont le club se félicite : *«S'ouvrir aux autres et non pas se replier sur soi-même ! Les équipes adverses ne sont pas nos ennemis, mais seulement des adversaires d'un jour. Dans cette optique, avec les présidents Luc Pfister, Fabio Micaletto et Romain Oster nous avons créé -et c'est une originalité- l'entité « I.L.O.S. » pour Illkirch-Lingolsheim - Ostwald et Strasbourg Libellules, dans laquelle chaque club garde sa totale autonomie, mais qui est l'occasion une fois par mois de partager nos expériences, faire part de nos succès respectifs en termes d'organisation de manifestations diverses et variées... Nous pouvons aussi mutualiser des stages de formation, des matériels ; nous évoquons les équipes en manque d'effectifs, prêtons des joueurs et sommes heureux d'échanger et d'être à l'écoute des «petits ou grands problèmes» que rencontrent les prez ». Une initiative très intéressante pour certains présidents qui ressentent un réel sentiment de solitude devant l'immensité de la tâche à accomplir.*

## FORMATION DES ARBITRES

Avec l'arrivée de Jean-Marc Schnell au poste de CTA, le Comité souhaitait s'engager davantage sur le chemin de la qualité en matière de formation des arbitres. A mi-saison la tendance est confirmée et ce sont près de 70 stagiaires qui sont formés au travers des nombreuses séances organisées dans tout le département : stage d'Haguenau en août, séances à Vendenheim, Eschau, Ohnheim, Ostwald.

Rappelons qu'une formation d'arbitre est constituée de 40 heures principalement sur le terrain, et d'e-learning sous forme de cours, QCM, vidéos. Pour valider les 6 modules, il faut obtenir au moins 60% de bonnes réponses aux QCM à chaque module. Il est par ailleurs nécessaire d'arbitrer déjà en club pour se préparer à l'examen pratique : 1 match CM/CF supervisé par un membre de la CDO.

## SUBTILITES ET DECOUVERTES

« *Bien que pratiquant le basket depuis de nombreuses années, les stagiaires découvrent bien souvent des aspects de l'arbitrage qu'ils n'imaginaient pas, sur le plan de la mécanique, du placement, de la gestion, la philosophie... mais également des règles dont ils ignoraient quelquefois les subtilités et nuances* » assure Claude Schwaab, président de la CDO.

« **Le succès** est une somme de petits **efforts répétés** jour après jour »

Robert Collier

## UNE FORMATION POUR LE PUBLIC ETUDIANT

La saison se caractérise également par 2 nouveautés : une formation arbitrage pour les étudiants de STAPS tous les jeudis, salle du Tivoli, qui rassemble une trentaine de candidats réguliers, et une autre formation au Lycée Couffignal avec des élèves de la Section Sportive, tous les lundis soirs, plus une ou deux journées complètes sur vacances scolaires.

Quant au stage d'Haguenau, si son succès appelle son renouvellement, c'est surtout « *un effort régulier qui sera fourni pour épauler les clubs, apporter des pistes d'amélioration et parler le même langage* » assure Claude.

## NOS SELECTIONS TOUJOURS EN LICE

Samedi 23 janvier s'affrontaient à Rixheim les sélections départementales d'Alsace. Si les filles ont rapidement pris le large au score, il aura fallu attendre les toutes dernières minutes du match pour voir nos garçons s'imposer devant une vaillante équipe du Haut-Rhin. Prochain rendez-vous pour nos deux équipes : le tournoi inter comités de la zone est les 17 et 18 février prochains à Geispolsheim et Ohnheim.

## LE CHALLENGE BENJAMIN

Une soixante de benjamins garçons et filles avaient décidé d'en découdre et évaluer leurs fondamentaux comme le tir, la passe ou encore le dribble sur 4 épreuves chronométrée (épreuves à découvrir sur notre WebTV). Ne manquez pas la grande finale régionale qui aura lieu le 27 février à Vendenheim !



## 2X 1000 MERCI

La page Facebook du Comité du Bas-Rhin vient de franchir la barre symbolique des 2000 fans, pour devenir l'une des tout premières pages de comités départementaux de basket au plan national. Merci aux passionnés qui nous suivent et qui y retrouvent l'actualité officielle du basket dans le 67.





Nicolas  
SARBACHER

## LE BASKET A TOUT AGE

On ne le présente plus, tant il fait partie des visages que l'on croise sur de nombreux parquets. Ancien joueur, il partage désormais sa passion du basket dans le cadre de son activité professionnelle, et c'est ainsi qu'il officie en tant que médecin officiel à la SIG mais également au Comité du Bas-Rhin.

On savait la pratique du basket excellente pour les jeunes enfants, leur permettant de développer de nombreuses qualités physiques et mentales, mais qu'en est-il pour le basketteur plus « âgé » ?

Si la pratique de la compétition soutenue est exceptionnelle au-delà de la cinquantaine, on retrouve de nombreux joueurs en départementale et dans la section loisir des clubs. « Une activité modérée comme le loisir a des effets positifs sur le plan cardio-vasculaire et respiratoire.

*Elle intervient dans la prévention de la surcharge pondérale, en permettant de brûler des calories sans trop de contraintes».*

Dans toutes les tranches d'âge, le basket permet le travail de l'équilibre, de la gestuelle, de l'adresse et de la coordination. « Sur le plan musculaire le basket est complet et sollicite tous les membres sans excès, de manière symétrique, mais c'est aussi un sport technique, demandant de l'intelligence de jeux, nécessitant de faire travailler son cerveau et sa réactivité, en mobilisant la vision centrale et périphérique » précise Nicolas.

Il n'y aurait donc que des avantages à pratiquer le basket à tout âge ? Pourtant de nombreux joueurs ressentent une fatigue plus marquée après avoir joué sur des surfaces plus dures. « Il est vrai que toutes les salles ne sont pas équipées avec du parquet et cette fatigabilité sur surface dure est réelle. Le joueur doit donc rester vigilant pour ce qui concerne l'aspect tendineux : la phase d'échauffements est indispensable, tout comme les étirements réguliers et une bonne hydratation». Pour conclure, y a-t-il de réelles contre-indications à la pratique en loisir ? « Il faut mettre un bémol en effet sur le plan articulaire et tendineux ; des restrictions sont possibles en cas de pathologies du genou et du rachis comme par exemple l'arthrose ». Rappelons surtout que c'est un sport collectif qui apporte de nombreux avantages sur le plan relationnel.

## AGENDA

du 8 au 10 février : les camps basket Carnaval

du 17 au 20 février : le TIC/TIL organisé par le CD67

27 février : finale régionale du challenge benjamin

Partenaire du 3x3



**CAISSE D'ÉPARGNE**  
ALSACE

## COMITE DE BASKET-BALL DU BAS-RHIN

4, rue Jean Mentelin

67200 STRASBOURG

Tel : 03 88 26 91 60

marketing@basket67.fr



Crédits : © graphit - Fotolia.com – J.Daniel

Directeur de publication : Philippe Rosa

Conception : CD67/PhR

Rédaction : Philippe Rosa, Justine Daniel,

Claude Schwaab, Claude Weber