

**Echange Squash (mais pas que) entre le Lanester Squash (Bretagne)
et le Squash 22 de Liège (Belgique) : un moment de vie inoubliable...**



Après une discussion anodine mais passionnée, lors des play-offs à Rennes, au mois de juin dernier, avec Annabel Romedenne, coach au Squash 22 de Liège, nous avons décidé de monter un échange entre nos deux clubs. Aussi, un groupe de 8 personnes encadré par Annabel est venu en Bretagne pour partager des moments riches sur et en dehors du court. Ce fut l'occasion d'échanger des modalités différentes de travail mais d'une philosophie proche. Les axes de travail tournaient autour de la notion de plaisir, de relâchement dans la gestion de l'équilibre et du déséquilibre. L'objectif étant d'adopter une démarche positive sur le court pour gagner en efficacité. Annabel et moi-même nous partageons les interventions et le travail.



De Lanester, se sont rajoutés au groupe Belge, pour le travail sur le court : Yuna et Laouenan. Et dans des phases de jeu, des joueurs locaux venaient profiter de l'opposition amicale de nos amis Belges. Guillaume, Stéphane, Benjamin, Damien, Yuna et Laouenan ont donc représenté notre jeune association sur le court lors de petits matches aussi sympathiques qu'intenses !

Nous remercions la structure Latitude Form de Lorient, par l'intermédiaire de Vincent Audran, son créateur, qui accueille notre association et qui met tout en œuvre pour que nous puissions fonctionner au mieux. <http://www.latitudeform.com/>



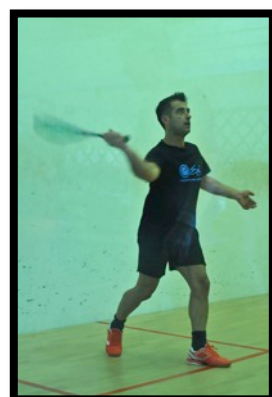
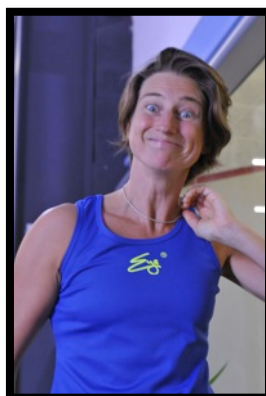
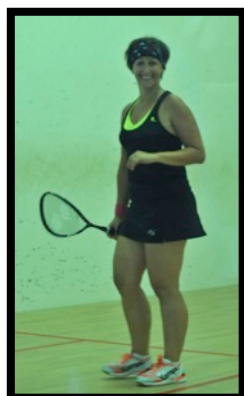
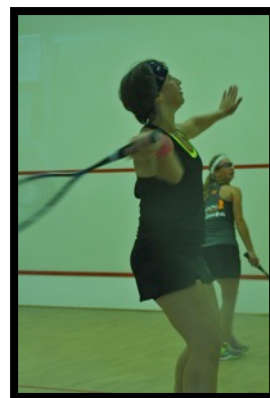
Ce court séjour était un test, un moyen de faire connaissance. Aussi, nous avons commencé à faire découvrir notre région. Le temps d'un passage, vendredi soir, au festival Interceltique de Lorient, de danser un peu, manger quelques crêpes, déguster des produits locaux ; que de moments de plaisir avons nous partagés !



Cela s'est poursuivi par un moment sportif (c'était tout de même l'objectif principal) au club samedi matin, de détente (mais pas moins sportif) sur la plage l'après-midi, pour finir par du jeu en fin de journée pour ceux qui en avaient encore la force (il y en avait car cela a duré près de 2h).



Nous avons été marqués par la gentillesse de nos amis Belges. Les moments partagés ont été courts, mais riches et intenses. Nous ne manquerons pas de leur rendre visite à Liège.



Le samedi soir, nous avons profité d'un repas en bord de mer pour couronner ce super week-end !



Les mots des participants :

Annabel : "Il y a des aventures humaines nées d'un revers de passion sportive et qui teintées de générosité, se colorent de partages, d'émotions, de rires... il reste le désir de les revivre au plus vite telle la saveur d'une victoire inespérée."

Pierre-André : « J'ai découvert Annabel, une personne riche, attentive, bienveillante qui respire la passion du squash. En plus, elle a une vraie compétence ! Elle est venue avec un groupe à son image, chaque personne nous a donné tellement que ce court week-end restera gravé dans nos mémoires et pose les jalons de futurs échanges !

Je la remercie d'avoir pris le temps de s'occuper de mes enfants sur le court et de leur avoir apporté de son expérience et sa compétence. Quand tu veux pour les reprendre, Annabel !

J'ai hâte de retrouver tout ce petit monde en Belgique, un vrai pays de squash ! Amis Belges, préparez-vous, les Bretons vont débarquer ! »

Marco : "Bien plus qu'un stage de squash, un bel apprentissage, un échange de passionnés, une vraie rencontre et une formidable découverte...vite la prochaine fois..."

René : "Je ne serai jamais assez reconnaissant, envers Annabel de m'avoir incité à participer à ce voyage ; qui m'a permis de rencontrer une famille vraiment admirable et exemplaire, comme je pensais qu'il n'en existait plus !

A bientôt, pour de plus amples découvertes."

Sandra : "Séjour breton qui restera gravé dans nos mémoires d'une part par la chaleur humaine de la famille Loaëc, une magnifique rencontre, un généreux partage et d'autre part pour l'approche d'un coach centré sur des valeurs de base et un squash épuré qui met l'accent sur la fluidité de mouvements sans contrainte du corps... merci aussi pour ce déclic ! Nous vous attendons dans nos contrées liégeoises afin de poursuivre cette belle aventure."

Yuna : « Si je devais définir le stage, j'utiliserais 6 mots : Plaisir, défi, amitié, dur (physiquement), adversité, apprentissage. Sinon, j'ai vraiment aimé ce stage car j'ai pris beaucoup de plaisir à jouer et travailler avec les joueurs présents. J'ai adoré la séance avec mon frère et Annabel, la coach belge. Je me suis beaucoup amusée à jouer avec Marco. J'ai aussi pris une leçon de squash en jouant avec René, le plus ancien du groupe, mais sans doute le plus fort. J'ai apprécié tous les moments de partage aussi en dehors du squash. A chaque fois que je repense à ce stage, cela me fait sourire. »

Lanouenan : « Je me suis bien amusé lors de ce stage. Nous avons rencontré des joueurs aussi passionnés par le squash. C'était aussi génial de jouer à la plage tous ensemble et de discuter de plein de chose, de rigoler surtout ! Annabel nous a fait travailler le mental en ayant des pensées positives pendant le jeu. J'aimerais que cela se refasse un jour. »

Présentation des coaches :

Annabel Romedenne est une coach et une personne vraiment à découvrir. Ancienne internationale belge (12 sélections, championne de Belgique en 2007, demi-finaliste aux championnats d'Europe en 2006, etc.), sa démarche est basée sur un concept positif où le travail se bonifie par un accompagnement de la personne dans son apprentissage. Elle connaît le squash, elle est exigeante, mais fait passer son message avec douceur, avec bienveillance et beaucoup d'intelligence !

Vous pouvez la retrouver sur son site internet : <http://form-et-moi.be/>

Pierre-André Loaëc

Pour ma part, je n'ai pas le même palmarès d'Annabel. Mes résultats sportifs, malgré quelques titres nationaux (par équipe et individuel) ne méritent pas d'être étalés, même si je ne les renie pas... J'ai juste la prétention d'apporter ce que j'ai reçu. Breveté d'Etat depuis 20 ans, prof d'EPS, depuis un peu moins (mais cela commence à faire...), je me nourris des différents coaches, formateurs que j'ai rencontrés et/ou lus dans le squash, dans d'autres sports ou autres secteurs d'activité ou de recherche.

Je citerai Dédé Delhoste qui a été mon premier coach à Grenoble lorsque j'étais un peu plus jeune...

Robert Matthews à Caen, Yves Moineau à Brest, Richard Pons (dans le cadre d'un travail universitaire),

Paul Sciberras (pour ses écrits et quelques courts échanges mais forts riches), Gilles Cometti et ses

collaborateurs (lors d'une formation que j'ai pu suivre) et bien d'autres Français ou étrangers qui ont

pris le temps de transmettre et partager leur passion. Je me souviendrai toujours de Richard que j'avais

contacté pour lui demander son aide dans le cadre de ma recherche sur les entraîneurs de haut-niveau

en squash. Il m'avait répondu « oui » tout de suite en me spécifiant qu'il n'avait rien à cacher, et il s'était

livré en entier et avec humilité ! C'était un grand homme, avec la passion de la transmission !

Cette passion je la dois à mon père qui m'a fait découvrir le squash, il y a plus de 32 ans !