



# LE CHABALA

Edito

## Gardien de but, un poste essentiel ...

### Des cages bien gardées

Le gardien de but est le dernier rempart de l'équipe pour déjouer les attaques adverses et contrer le ballon pour qu'il ne franchisse pas la ligne de but. La défense joue un rôle essentiel puisque le gardien s'appuie sur ses défenseurs pour se placer et lire les tirs, le repli défensif est au combien important.

Durant un match, le gardien de but est également confronté à des duels lors des contre-attaques ou des jets de 7 mètres. A ce jeu, charge à lui de déjouer les feintes du tireur ou de lui tendre ses propres pièges tout en faisant preuve de réactivité.

### Des arrêts et des relances, ça s'apprend

Les catégories jeunes permettent à chaque joueur de s'essayer au poste de gardien de but. Les entraîneurs encouragent les rotations pour que chacun(e) puisse occuper ce poste. Certains joueurs se distinguent rapidement par leurs capacités à faire des arrêts, ils ne craignent pas le ballon et parviennent à le contrer facilement au point de faire perdre confiance à leurs adversaires. Le gardien s'illustre également par ses relances, il est primordial de s'appliquer sur la première passe. Une mauvaise relance peut être lourde de conséquences.

### Un poste essentiel

Quelle aubaine de voir dans un collectif un ou plusieurs gardiens de but se révéler, c'est un poste

indispensable et nombreuses sont les situations de matchs où un arrêt de plus, un but de moins, peut s'avérer déterminant. Maillon clef du collectif, le gardien doit se spécialiser pour progresser à son poste avec la mise en place d'exercices spécifiques.

Depuis la saison dernière c'est Olivier AUGÉ qui assure cette mission en proposant des entraînements adaptés.



### Des entraînements spécifiques

A Rezé, le dispositif « l'école des gardiens » permet de se perfectionner à ce poste. Un entraînement dédié est possible le Mercredi de 13h30 à 14h30 (catégorie U10 à U15F) ou le Mardi de 18h00 à 19h30 (U16 à U19). Les exercices sont adaptés à la catégorie et au profil de chaque jeune pour renforcer leurs points forts et réduire leurs faiblesses. Les gardiens perfectionnent leur placement, positionnement, techniques de parade, rapidité, lecture ... Des supports statistiques peuvent être mis en place en matchs pour identifier à la fois les failles du gardien et analyser les tirs adverses.

L'école des gardiens c'est une valorisation nécessaire qui permet aux jeunes de progresser à ce poste tout en prenant du plaisir.

## Nos jeunes gardien(ne)s de but



## Rencontre avec

### Arnaud LEGENDRE, entraîneur de l'équipe Seniors 3 et Serge MONDEJAR, coach adjoint

« Gardien de l'équipe, j'ai accepté le rôle de coach, à la demande du Président Jacques BLONDY.

Nous sommes une bande de copains qui aimons faire du handball ensemble.

Nous nous entraînons avec les Seniors 2 et je fais confiance à Martin CARCOUET pour créer le jeu.

Nous visons le maintien en D1 afin de continuer à montrer notre jeu et les couleurs du club dans le département.

« J'ai accepté cette saison d'être adjoint du coach. Je fais l'administratif pendant que les joueurs s'échauffent. Pendant le match, je gère les joueurs quand Arnaud est sur le terrain. Ce n'est pas simple pour un gardien de coacher et rester concentré.

Je suis très attaché à cette équipe formée en grande partie de joueurs issus du club. Mon souhait reste le maintien en D 1. Il faut y croire et se battre jusqu'au bout. »

### Serge MONDEJAR

Je veux surtout garder une bonne ambiance au niveau de l'équipe. Ainsi j'ai pris l'initiative d'élire la pire action à chaque match. Le joueur concerné doit porter des chaussettes moches au match suivant. Humour et sérieux c'est notre devise. »

### Arnaud LEGENDRE



### Yoann NASLIN, entraîneur des U19



« Salarié du club, j'entraîne cette saison, les U19. C'est une équipe qui joue ensemble depuis plusieurs années. Ils se connaissent bien, c'est une bande de copains.

Côté sportif, la première phase va être compliquée. Elle va nous servir de préparation pour intégrer les plus jeunes et des nouveaux joueurs.

L'ambition est de terminer en haut du tableau en deuxième phase.

Je suis accompagné par Paul LEPINAY, qui va bientôt dans le cadre de sa formation, entraîner cette équipe. Il est aussi joueur dans l'équipe Seniors 2 du club. »

### Yoann NASLIN



## Le 15/11/2025, nous nous déplaçons du côté de l'Entente territoire Charente H B

Pour la 8<sup>ème</sup> journée, nous nous rendions dans les Charentes, à La Rochefoucauld pour y rencontrer l'ENTENTE TERRITOIRE CHARENTES HANDBALL. Pour la petite histoire, c'est à La Rochefoucauld que l'ASBR HB a joué son premier match à l'extérieur en Nationale 3, c'était il y a bien longtemps.

Pour en revenir à nos jours, en ce samedi soir, nous allions défier les deuxièmes de la poule, une équipe qui n'avait perdu que deux matchs.

Il ne fallut pas bien longtemps à nos adversaires pour inscrire leur premier but. Ce fut fait au bout de la première minute par le dénommé ALTER qui allait s'avérer comme l'un des deux ou trois Charentais les plus efficaces. Ensuite, à la 3<sup>ème</sup>, nous avons égalisé par DUPUY et le match s'équilibra jusque vers la 10<sup>ème</sup> où l'écart se creusa en faveur de nos adversaires : 6-3. Mais nous n'étions pas dépassés, loin de là car à la 25<sup>ème</sup> le score était de parité 14-14 et il en fut ainsi jusqu'à la

mi-temps sifflée à 17 partout.

Dès l'entame de la 2<sup>ème</sup>, ALTER refit le coup de la 1<sup>ère</sup> en marquant dès la 1<sup>ère</sup> minute et FETEASSA lui répondit aussitôt. Le match était relancé par un mano à mano entre les deux équipes avec de nombreuses égalités et jamais un écart de plus de deux buts pour nos adversaires. Jusque vers la 45<sup>ème</sup> 26-25 où les Charentais prirent un peu plus leurs aises, 49<sup>ème</sup> 30-26 et ensuite, jamais nous ne parvîmes à revenir à moins de trois buts. Le match se termina à moins 4 sur le score de 37-33 sans que jamais notre équipe n'ait laissé penser qu'elle baissait les bras.

Il faut souligner les bonnes performances de Yoan LERAY(11 arrêts) N° 1 en l'absence de Sami et celles de Thomas LORES (8 buts), de Nourredine FETEASSI (7 buts) mais tous sont à féliciter ne serait-ce que pour leur courage et leur abnégation.

## Le match du jour

### Nous recevons Pouzauges Vendée H B

Nous recevons, dans ce qui sera notre derby pour cette saison, les Vendéens de POUZAUGES.

Nos adversaires, qui ont bien rajeuni leur équipe - mais dont on connaît la qualité de la formation - occupent la 4<sup>ème</sup> place de la poule avec 5 victoires pour seulement 3 défaites et on peut les considérer comme l'un des « outsiders » du championnat. Ils ont battu BEGLES, L'UNION, ASSON, l'E.T. CHARENTE, TARDETS, mais ont perdu face à NOUSTY, LIMOGES, TUC BALMA.

Beaucoup de nos futurs adversaires paraissent

redoutables à la lecture des statistiques. Il faudra suivre tout particulièrement PROHASKA, Quentin BRAUD, MARTIN, OVERSTEYNS mais tous paraissent mériter une certaine considération. Si nous voulons nous imposer -ce qui paraît une évidence- nous devrons faire preuve d'une saine agressivité et d'une combativité de chaque instant.

Messieurs les joueurs, mesdames et messieurs supporters nous vous souhaitons un bon match.

Vos supporters sont derrière vous... !!!



## Alain ATHIMON



**Allez les damiers, nous sommes à Rezé que diable !!!**

## Loto et Tournoi des familles



### Prochain match à domicile

### ASB REZE / ZIBERO SPORTS TARDETS

Samedi 13 décembre 2025 à 19 h

### Ils nous soutiennent

Les équipes de *Domino's Pizza* Rezé sont fiers de soutenir l'ASBR, acteur de la vie sportive locale.

Ce partenariat reflète nos valeurs communes : esprit d'équipe, respect et engagement auprès des familles.

En accompagnant le club, nous souhaitons contribuer à son dynamisme et valoriser ceux qui le font vivre chaque jour.

### Domino's Pizza, un partenaire fidèle



**Sell more Pizza, have more Fun**

Carole et Fabrice Dorie