Des Jeux Olympiques pas comme les autres !

De 9h30 à 12h et de 14 à 16 heures, nos Jaune et Noir se sont adonnés à des Jeux Olympiques, sauce Rodney Howe. Si la devise de Pierre de Coubertin stipule que « l?important, c?est de participer », la version australienne made in ASR pousse les athlètes un peu plus loin?

Des épreuves d?athlétisme

Ainsi, nos joueurs de l?Atlantique Stade Rochelais se sont mesurés entre eux sur de nombreuses épreuves proches du décathlon. Au programme, **un 2 000 mètres, des courses de 100 mètres, des relais 4x100 mètres et 4x400 mètres ou encore une course de 1 000 mètres sur ergomètre (rameur)** .Du côté des concours, il y aura eu du lancer de poids et de la marche avec charge sur le corps. En ce qui concerne les jeux celtiques, nos rugbymen ont testé **le soulevé de fût de bière** . Un joli tonneau de 30 kg que Rodney leur a demandé de soulever. Certains envisageront-ils la reconversion en tant que tavernier ? Pas si sûr, sachant que notre préparateur physique avait amené de quoi tester sérieusement nos joueurs. En effet, ils ont également fait des tests de développer-coucher et de tractions.

Le but : se changer les idées

Selon Rodney, ce n?est pas tellement le physique qui prime lors de cette dernière journée d?entraînement :*« L?objectif était de vraiment relâcher la pression au sein du groupe. Cela fait du bien à tout le monde après cette série de 5 matches. Puis, cela crée des liens de solidarité entre les joueurs. Malgré tout, ils ne se connaissent pas tous très bien ! Je pense*

Nous avons mis le rugby de côté, histoire d?aérer un peu la tête.

les mélanger dans les relais avec les plus vieux leur a permis de parler

intégré le groupe que très récemment. Le fait de vraiment avec tout le monde. »

Le physique va bien

Lorsqu?on demande à l?australien ce qu?il pense de l?état physique de ses joueurs, voici sa réponse : *« Ca va, c?est pas mal. Cela change, de jour en jour, de semaine en semaine. Il y a certains points qui sont bons, et d?autres qui sont encore un peu faibles. Globalement, nous*

ça va aller de mieux en mieux au fil des matches

sommes pas mal mais et de la saison. »

Les joueurs se quittent donc sur cette petite note d?Olympisme avant d?effectuer un break de 4 jours sans entrainement. De quoi se ressourcer avant d?attaquer la préparation du match à domicile contre Béziers, la semaine prochaine?

Atlantique Stade Rochelais 27 Avenue Maréchal Juin ? BP70006 ? 17002 LA ROCHELLE Cedex 1 ? 05 46 49 14 05