

GGOR

GUIPAVAS



LE POINT DU MOIS

EN 1 MINUTE TOP CHRONO

L'ENTRETIEN

PATRICK LE MOIGNE, UN DOYEN
DES GARS DU REUN

LE 5 DU MOIS

ILS ONT MARQUÉ LES ESPRITS

L'INSTANT TACTIQUE

ENTRAINER, UNE SUITE LOGIQUE POUR ROZENN
TOSSER



Noël en mode
BASKET

04

DÉCEMBRE 2024

JEU • AGENDA • PHOTO

SOMMAIRE



LE POINT DU MOIS

Les enfants à l'honneur

P3



ENTRETIEN

*Patrick Le Moigne, un doyen
des Gars du Reun*

P4



5 DU MOIS

*Les joueurs qui se sont
démarqués*

P8



L'INSTANT TACTIQUE

*Entraîner, une suite logique
pour Rozenn Tosser*

P12



OUVREZ GRAND LES YEUX

*Saurez-vous le
retrouver ?*

P17



À VOS AGENDAS

*N'oubliez pas de
prendre des notes !*

P18



LA PHOTO DU MOIS

*Tout le monde veut sa photo
avec le Père Noël !*

P19



histoire
d'

Créateur de bien-être

GRUPE
edsi
ENERGIES ET ENVIRONNEMENT



Plomberie Sanitaire
Entretien Dépannage
Energies Renouvelables

Electricité
Chauffage



Cuisine
Dressing
Salle de bain
Agencement



02.98.07.77.07

340 rue Robert Schuman - ZA Prat Pip Sud - 29490 GUIPAVAS

**AIDE TON CLUB
OFFRE EXCEPTIONNELLE**

GRUPE
edsi
ENERGIES ET ENVIRONNEMENT

Remise commerciale

3% de remise commerciale
2% récoltés pour la dotation de ton club de basket

Pour tous types de travaux *

CODE PROMO : GDRBASKETS5



**Flashez ce QR code
pour prendre
RENDEZ-VOUS**

10%*
sur votre achat
en magasin

10%*
du montant de votre achat
reversé au club de basket
« GARS DU REUN »

*Voir conditions en magasin

GUIPAVAS

85 RUE ANNE DE BRETAGNE
CENTRE COMMERCIAL SUPER U

02 98 84 82 37

ATOL

BIEN VOIR. BIEN ÊTRE.

LE POINT DU MOIS

EN 1 MINUTE

Top chrono !

Bien souvent, au mois de décembre, ce sont les enfants qui sont mis à l'honneur. Les Gars du Reun ne faisant pas exception à la règle, nous leur avons concocté deux événements, le 15 et le 18, pour leur plus grand bonheur. Au programme du plateau baby et de l'arbre de Noël : ateliers, activités ludiques et goûter, le tout dans la bonne humeur. Chaque fois, au moment de partir, le Père Noël décidait de pointer le bout de son nez pour rendre une petite visite aux enfants ; pile à l'heure !

Au cours de ce mois, nous avons également fait appel à votre générosité. Afin d'offrir des cadeaux de Noël à ceux qui n'ont pas la chance d'en avoir, le club avait choisi d'organiser une collecte de jouets. Durant deux semaines, vous avez été nombreux à vous mobiliser et vous avez permis de mener à bien ce beau projet. L'ensemble de vos dons a été reversé à des enfants, âgés de 2 à 17 ans, et c'est avec des étoiles plein les yeux que ces derniers les ont déballés. Le Foyer du Stangalard ne sait comment vous remercier !

Après cette belle action, le club a décidé de vous faire un cadeau, à vous aussi. Tout au long du mois étaient disponibles, au sein de la boutique, des sweats avec un tout nouveau coloris. Ornés d'un beau logo doré, ces sweats ont été confectionnés pour les grands comme pour les petits. Peut-être en avez-vous d'ailleurs reçu sous le sapin puisque une bonne trentaine ont été commandés : le pari semble réussi !

Côté résultats, c'est sur une bonne note que nous allons finir. Pour son 4e match de l'année, c'est une belle victoire qu'a décrochée l'équipe Loisirs. Le lundi 16, aux termes d'un match qui s'est déroulé dans une très bonne ambiance, les Gars du Reun se sont imposés 55-43 contre Saint Divy : vous pouvez les applaudir ! Si vous aussi vous souhaitez rejoindre l'équipe, n'attendez plus, ils seront ravis de vous accueillir ! Pour les autres, de nouveaux matchs sont prévus au cours de la saison, n'hésitez pas à venir les soutenir !

- PATRICK



LEMOIGNE-



“J’ai entraîné des gars et des filles qui sont grands-parents ou parents aujourd’hui et qui viennent déposer leurs enfants.”

ENTRETIEN - PATRICK LE MOIGNE

Peux-tu te présenter ?

Je m'appelle Patrick Le Moigne. J'ai 67 ans. Je suis retraité et ancien informaticien. J'entraîne depuis de longues années au club. J'ai entraîné des gars et des filles qui sont grands-parents ou parents aujourd'hui et qui viennent déposer leurs petits-enfants ou enfants. J'ai aussi entraîné et coaché 2 de mes enfants, Marie et Clément, ce qui d'ailleurs créait des débats animés lors des repas familiaux. On refaisait le match ! Maintenant j'entraîne ma petite fille, Nina, avec mon ami René Peucat que j'ai aussi entraîné et coaché. La boucle est bouclée ! En plus du basket, je cours 2 à 3 fois par semaine, je suis aussi secrétaire dans l'association La Sauvegarde de l'Enfance à Brest. Le vendredi après-midi, je joue à la pétanque avec un groupe de copains.

Depuis quand es-tu au club et qu'est-ce qui t'y a amené ?

J'ai débuté au club à l'âge de 11 ans. Ce qui m'a amené au basket, je me pose toujours la question. A l'époque, ce sport était considéré comme un sport de filles, beaucoup de garçons jouaient au football. J'ai débuté sur des terrains à l'extérieur où le sol était en bitume avant de connaître les joies du parquet dans la salle Jean Kergoat et surtout ne plus être tributaire des aléas climatiques.

Durant tout ce temps, quels différents rôles as-tu occupés ?

Vous pouvez imaginer qu'en 56 ans de vie dans le basket, j'ai occupé de nombreux rôles, tout d'abord en tant que joueur. J'ai été membre du bureau où certaines réunions se tenaient dans un bar, par manque de locaux. J'ai été responsable de la commission technique. J'ai participé à la mise en place du 1er tournoi international Cadets avec Bernard Andrézet. Nous avons aussi une commission Convocations qui se réunissait tous les lundis soir. J'ai commencé à entraîner et coacher dès mes 17 ans avec comme tuteur André Le Gall. J'ai fait toutes les catégories filles et garçons de mini-poussins (U9) à séniors. Actuellement j'entraîne les catégories U9 et U11 et je fais partie de la commission Tournois hors TIC.

Quelle(s) catégorie(s) préfères-tu entraîner et pourquoi ?

Il est très difficile d'en détacher une tellement chaque catégorie m'a beaucoup apporté tant au niveau relationnel qu'émotionnel. Quand tu gères un groupe de séniors, on peut imaginer que les joueurs ont acquis tous les fondamentaux individuels. Tu dois essentiellement les garder en bonne condition physique et mettre en place un collectif offensif et défensif, alors qu'avec les catégories U9 et U11 c'est l'opposé. On travaille principalement le dribble, la passe et le tir.

Quelles principales évolutions as-tu constatées au club durant toutes ces années ?

Je vais parler comme un vieux que je suis. Avant, les enfants avaient très peu de choix dans les loisirs et s'investissaient pleinement pour le sport qu'ils pratiquaient. Aujourd'hui, on voit de plus en plus de gamins qui pratiquent diverses activités dans différentes associations, ce qui peut nuire à l'équipe et à leur évolution technique personnelle.

Quelle a été ta saison préférée et pourquoi ?

C'est l'année 1989. J'entraînais une équipe de cadettes (U18) que je suivais depuis les benjamines (U13). Dans mon équipe, il y avait la tante de Ninon Lavenir. Nous avons été champions de Bretagne. En fin de saison, le titre était attribué lors d'un tournoi final composé de 3 équipes. Chaque équipe a perdu un match. Nous gagnons au goal-average. A l'époque, dans l'équipe rennaise, il y avait Cathy Melain, ancienne joueuse de l'équipe de France, que nous avons battue.

Y a-t-il une chose que tu as faite au sein du club et dont tu es particulièrement fier ?

Dans la mesure du possible, j'ai toujours été disponible pour le club.

As-tu une anecdote amusante à raconter ?

Après tant d'années dans le basket, j'en aurais des anecdotes à raconter. C'était lors d'un match à Port-Louis. Nous avons pris la route de Guipavas assez tôt le dimanche matin pour permettre aux filles de se détendre avant le match. Nous nous sommes baladés sur les magnifiques remparts de la ville. L'heure de notre match de 10h30 approchait et nous nous sommes rendus à la salle où l'équipe adverse et les arbitres nous attendaient pour démarrer le match prévu finalement à 9h00. Arrivés trop tard, nous avons regardé l'arbitre lancer la balle pour simuler l'entre-deux avec seulement la capitaine adverse. Nous avons perdu le match par forfait. Belle balade dominicale !

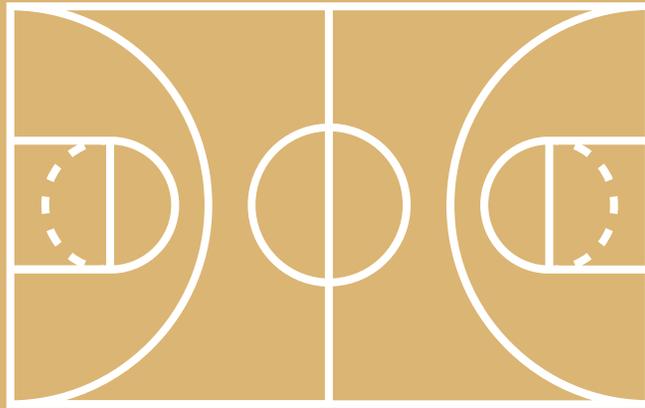
Est-ce que tu as des conseils pour les jeunes qui s'investissent ?

Avoir de la patience, ne pas avoir peur de faire des erreurs et accepter les conseils des entraîneurs ou des bénévoles expérimentés.

Un mot pour la fin ?

Continuer à prendre du plaisir et m'interdire de dire que c'était mieux avant, pour éviter de passer pour un vieux grincheux. Si ça arrive, n'hésitez surtout pas à me conseiller qu'il est temps que j'arrête le basket.

“CHAQUE CATÉGORIE M'A BEAUCOUP APPORTÉ TANT AU NIVEAU RELATIONNEL QU'ÉMOTIONNEL.”

NOTRE 5 MAJEUR**5****MAJEUR
DE DÉCEMBRE**

Chaque mois, les Gars du Reun Basket mettent en avant 5 joueurs et joueuses du club. Seniors, Jeunes Région et Jeunes Départementaux, ces derniers sont mis en avant pour avoir brillé par leur apport offensif, défensif et leur état d'esprit menant à la réussite de leur équipe. Retrouvez les 5 joueurs et joueuses choisis ce mois-ci.



LILWENN LOAËC

U15F-A

19/09/2010

“LE MOT DES COACHS”

“Lilwenn est une joueuse qui se donne à fond sur le terrain, aux entraînements et en match. Elle a bien progressé offensivement, et son apport défensif est indéniable.”

Rozenn Tossier &
Christelle Corre-Peucat

“LE MOT DU COÉQUIPIER”

“Très belle progression de la part d'Antoine.”

Florent Corre



ANTOINE GUYONVARCH

SÉNIORS RM2

10/04/2005



NINA CARADEC

U11F-C

07/09/2015

“LE MOT DU COACH”

“Nina est une joueuse appliquée et semble prendre de plus en plus de confiance sur le terrain.

Guillaume Le Guen

“LE MOT DU COACH”

“Louise est très assidue aux entraînements, elle fait de beaux progrès défensifs ainsi que sur la lecture du jeu. Elle participe grandement à la bonne première partie de saison des U9F !”

Florent Corre



LOUISE BERGAMASCHI

U9F-A

28/03/2016



ANTHONY CABILLIC

SÉNIORS LOISIRS

15/08/1984

“LE MOT DU COPAIN”

“Un retour fracassant qui permet aux Loisirs de briller à nouveau à Jean Kergoat.”

Cyril Pellen



L'INSTANT TACTIQUE

AVEC ...

ROZENN TOSSER





Arrivée au club à l'âge de 14 ans, Rozenn Tosser a commencé sur le terrain, en U15 première année. Très vite, "le côté entraîneur a pris le dessus sur le côté joueur" et Rozenn s'est investie en tant que coach dans de nombreuses catégories. Aujourd'hui entraîneuse des U15 filles A, aux côtés de Christelle Corre-Peucat, elle revient sur son parcours et vous livre quelques-uns de ses secrets.

LE RAPPORT AU BASKET

Le basket c'est une passion. J'ai commencé à l'AS Guelmeur, où il y avait toute ma famille, puis je suis arrivée ici en U15 première année pour évoluer un peu plus haut et rejoindre des copines. J'ai passé pas mal de temps en sélection, puis j'ai poursuivi en séniors N2, N3 et Prénationale. Ensuite, le côté entraîneur a rapidement pris le dessus. J'ai coaché des babys jusqu'aux U15 Nations. J'ai eu la chance d'entraîner les équipes de France UGSEL aussi. Le groupe qu'on a actuellement avec Christelle Corre-Peucat, les U15 filles, certaines j'ai la chance de les suivre depuis baby basket donc je vois les évolutions.

ENTRAÎNEUSE, UNE VOCATION ?

C'est vrai que c'était une suite logique d'entraîner, l'idée de transmettre me paraissait évidente. J'ai commencé STAPS vers 17-18 ans et je pense que c'était évidemment pour moi de suivre. Le côté entraîneur a pris le dessus sur le côté joueur : c'est difficile de concilier les 2 en même temps arrivé à un certain niveau donc j'ai préféré entraîner.

LE VÉCU COMME JOUEUSE

Je suis arrivée en U15 première année. Après la plupart de mes vacances, j'ai été en sélection. En fait, que ce soit Finistère, Bretagne, Zone Ouest, ça me prenait pas mal de temps. Ensuite, j'ai évolué en séniors en N2, N3, Prénationale à Guipavas et à Saint-Laurent. C'est vrai que j'ai eu la chance d'avoir plein de coachs avec plein de perceptions différentes, certains m'ont plus marquée que d'autres. Et puis je pense que j'ai retenu aussi ce qu'il fallait faire et ce qu'il ne fallait pas faire. Par exemple, j'ai beaucoup appris avec Mamadou Cissé, qui était à l'Étoile Saint-Laurent, capable d'entraîner des baby jusqu'aux séniors en N2. Après Julie Lebris aussi, qui est une amie à moi et qui m'a pas mal appris aussi. Deux autres coachs comme ça qui me viennent : Youn Le Guillou et Hervé Coudray. Pour la rigueur, un peu pareil, Kamel Ben-Yhammed qui était là à Guipavas. Voilà un petit peu les influences, mais j'en oublie plein sûrement.

**“C'ÉTAIT UNE SUITE LOGIQUE D'ENTRAÎNER, L'IDÉE
DE TRANSMETTRE ME PARAISSAIT ÉVIDENTE.”**

LA DÉFINITION DU BON ENTRAÎNEUR

Pour moi, un bon entraîneur, c'est quelqu'un qui a des connaissances, on va dire un petit peu technico-tactique, mais aussi des connaissances un peu plus sociales, tout ce qui a trait à la vie de groupe. Et pour moi justement, il y a beaucoup d'entraîneurs qui ont les connaissances technico-tactiques mais qui occultent un petit peu l'autre aspect de groupe, l'aspect mental. Après, un bon entraîneur, pour moi, c'est quelqu'un qui est positif, qui encourage tout le temps, qui sait motiver son groupe, qui est optimiste et puis qui fait progresser ses joueurs en impliquant tout son groupe.

L'EXERCICE PRÉFÉRÉNTIEL

Je n'ai pas vraiment d'exercice favori. Non, j'aime bien diversifier, essayer de trouver de nouvelles choses. Je n'aime pas faire la même chose, souvent la nouveauté c'est mieux.

LA TACTIQUE DE JEU

Ce qui me vient à l'esprit, c'est imposer son jeu. En fait, que ce soit en attaque ou en défense, ça me paraît vraiment important. En fait, la tactique c'est vraiment la capacité à réagir à l'instant T et s'adapter aussi à son adversaire. Et puis ce n'est pas vraiment une tactique, mais ça me paraît important d'avoir la niaque, je pense que c'est aussi fondamental.



“ UN BON ENTRAÎNEUR, POUR MOI, C'EST QUELQU'UN QUI EST POSITIF, QUI ENCOURAGE TOUT LE TEMPS ET PUIS QUI FAIT PROGRESSER SES JOUEURS EN IMPLIQUANT TOUT SON GROUPE. ”

LE MATCH MARQUANT

Je n'ai pas vraiment un match en particulier. On va parler plutôt d'une saison, avec le groupe qu'on avait en U13, il y a 2 ans, et qui a poursuivi en U15. C'était une saison où les filles ont ultra dominé le championnat et ont eu le titre de championnes de Bretagne. C'est vrai qu'il y a eu peut-être d'autres titres, mais moi celui-là me vient quand même bien à l'esprit. On avait une grosse équipe.

LE SECRET MOTIVATION

J'essaie vraiment d'impliquer toutes les filles collectivement. Je fais vraiment en sorte que tout le monde soit impliqué.

LE MOT DE LA FIN

Un petit mot pour les U15 filles : je suis fière d'elles, de ce qu'elles font et de ce qu'elles montrent aussi tous les week-ends. Quelque part, c'est une satisfaction pour nous, les coachs, de voir tout ça. Je souhaite à tout le monde plein de victoires pour 2025.



“JE SUIS FIÈRE DES U15 FILLES, DE CE QU'ELLES FONT ET DE CE QU'ELLES MONTRENT AUSSI TOUS LES WEEK-ENDS.”

OUVREZ GRAND LES YEUX

Voici une image prise en 2022, lors du TIC. Attention, un invité spécial s'est caché au milieu de la foule ! Si vous observez bien, vous pourrez retrouver Ty Toine en train de donner de la voix dans les gradins. Alors, saurez-vous le retrouver ?



SAMEDI

4 COUPE DE FRANCE
PRM - GOUESNOUJANV
JEAN KERGOAT |
20H00 - 22H00

DIMANCHE

19 VIDE GRENIERJANV
HALLE DU MOULIN NEUF |
9H00 - 17H00

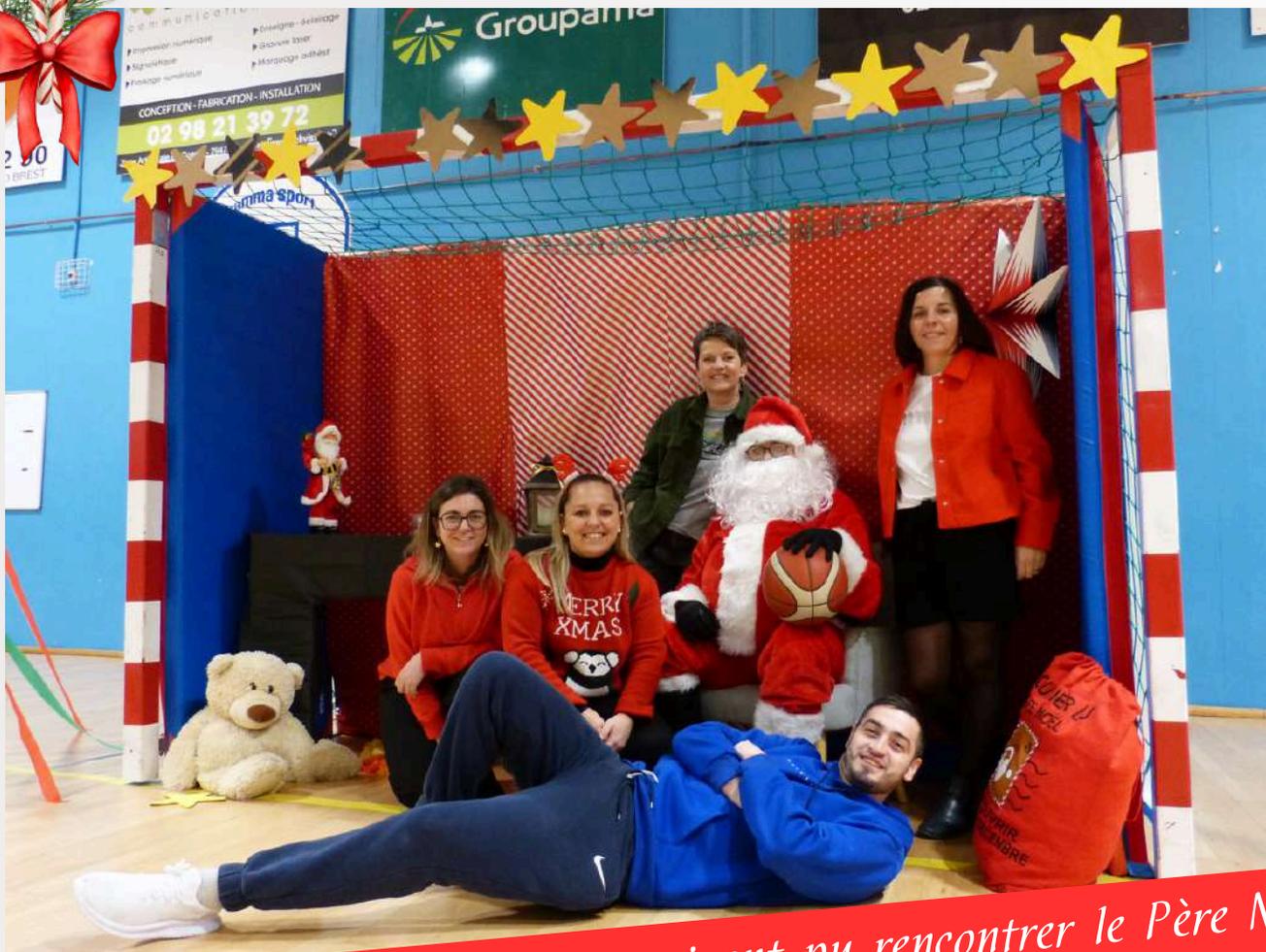
DIMANCHE

2 CHANDELEURFÉV
JEAN KERGOAT |**À VOS
AGENDAS**



LA PHOTO DU MOIS

*Arbre de Noël
Mercredi 18 décembre*



Les bénévoles aussi ont pu rencontrer le Père Noël !

SOLUTION





BLEU
BLANC
GUIP !

