



1. RESULTATS

EQUIPE PRO : (1/16èmes de finale Coupe de France)

- GRIES OBERHOFFEN / CHOLET BASKET : 72-91

1er quart-temps : 21-31

C'est dans une salle chauffée à blanc et archi comble (2500 spectateurs) que Cholet Basket entame la rencontre à tambours battants, dans une ambiance extraordinaire. Les choletais prennent rapidement les devants grâce au trio Vincent GRIER (en contre-attaque), Nando DE COLO (tirs extérieurs) et Kevin BRASWELL (deux 3pts). CB prend la rencontre au sérieux.

2ème quart-temps : 20-20

Durant cette période, les choletais marquent un léger relâchement et les alsaciens en profitent pour venir les chahuter. Très présents et très euphoriques les joueurs de Gries reviennent sur les traces de CB, à l'image de HUTTEL (10pt) et MAJSTOROVIC (9pts). CB va devoir se reprendre en seconde mi-temps, pour ne pas retomber dans le travers qui leur ont coûté la victoire samedi dernier face à Pau.

3ème quart-temps : 17-27

Au retour des vestiaires, CB se reprend, mais l'équipe de GRIES ne lâche rien. Il faudra 3 tirs primés de Thomas LARROUQUIS durant ce quart-temps pour permettre aux choletais de creuser l'écart face à Gries qui ne démérite pas. Le duo LARROUQUIS/DE COLO fait sensation durant cette période, aux tirs et aux passes.

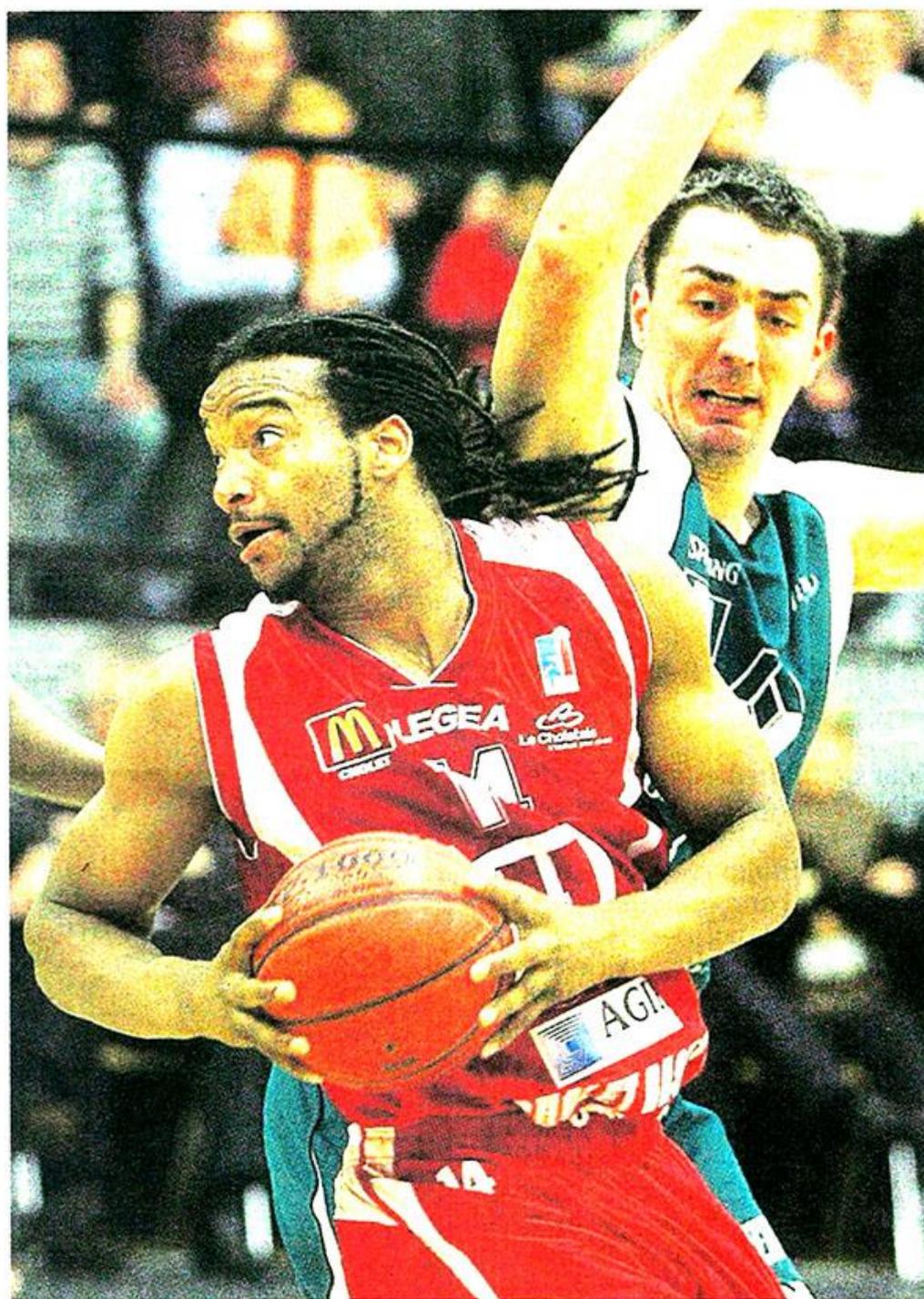
4ème quart-temps : 14-13

Pour cette fin de match, les choletais se contentent de maintenir l'écart. Mais la solidarité collective sans faille des alsaciens et leur volonté à toute épreuve leur permettent de remporter ce dernier quart-temps et de faire honneur à leur public qui les a toujours soutenu. Victoire choletaise 72-91. CB ne s'est pas réellement rassuré ce soir face à une équipe de Gries qui a su jouer sa chance à fond

Les statistiques de cette rencontre sont disponibles sur notre site www.cholet-basket.com

2. REVUE DE PRESSE

Ø GRIES OBERHOFFEN / CHOLET BASKET



Gries, hier soir. Randal Falker et les Choletais ont bataillé une mi-temps pour se défaire des Alsaciens. Photo MaxPPP

Le Courrier de l'Ouest – Mercredi 21 janvier 2009

Cholet fait le métier à Gries

Encore tenus en respect à la 15^e (35-35) à Gries-Oberhoffen, club alsacien de N 2, les Choletais ont fini par imposer leur puissance hier soir (91-72). Ils recevront le 17 mars Strasbourg pour les 8^{es} de finale de la Coupe de France.

Les hommes d'Erman Kunter vont finir par aimer l'Alsace. Vainqueurs hier en 16^{es} de finale de la Coupe de France à Gries-Oberhoffen, club bas-rhinois de N 2, les Choletais retrouveront Strasbourg le 17 mars pour les 8^{es}. La SIG a éliminé Dijon hier au même moment (78-73).

Hier pourtant, la longue transhumance vers l'Est de Nando de Colo et les autres ne s'est pas résumée à une promenade de santé. Durant un quart d'heure, les Verts du BCGO ont montré qu'ils étaient résistants, à défaut d'être incassables. Mais les Choletais ont fini par les briser, grâce, notamment, au festival de Thomas Larrouquis, auteur de ses 20 points en 2^e mi-temps.

Larrouquis en verve

« Nous sommes dans la peau du roquet moche sans poil, haut de 10 cm, qui se prépare à chiquer le mollet des Choletais et va s'y accrocher », avait annoncé le coach griesois, Olivier Bady. Un quart d'heure a suffi à

transformer le roquet en pitbull. Face à un CB qui aligne finalement Vincent Grier, dont la ponction au coude gauche a été repoussée, mais est privé de Rodrigue Beau-bois (blessé à un doigt) et Alan Wiggins (dos), le BCGO ne lâche rien (35-35, 15^e). Kunter s'y attendait. « Je n'ai pas été surpris. Après notre défaite à Pau, nous sommes dans une passe difficile. Depuis le 3 janvier, c'était notre 6^e match, dont quatre déplacements à Villeurbanne, Rostov (Russie), Pau et, donc, Gries. Les mecs sont fatigués. C'était, pour Gries, le bon moment de nous jouer. Ils voulaient nous proposer un vrai match. Ils ont réussi. »

Nanti de 10 points d'avance à la mi-temps (51-41), Cholet a toutefois accéléré sitôt le repos, l'intenable Larrouquis alignant d'entrée, comme à l'entraînement, trois paniers à trois points. « À moins 10 à la pause, nous avons continué à jouer », se félicite de son côté O.Bady. « Je suis fier de mes gars. Ils ont montré du basket contre une équipe de Pro A qui évolue trois divisions au-dessus. Ça n'avait rien d'évident au départ. » Pour Gries, finalement battu 91-72, l'aventure s'arrête là. Cholet, lui, peut se préparer, Strasbourg arrivera vite.

Pour la manière, on repassera...

Coupe de France (16^{es}). Gries-Oberhoffen (N2) - Cholet (Pro A) : 72-91. Entre hauts et bas, Cholet a assuré l'essentiel, la victoire, et affrontera Strasbourg en 8^{es} de finale, le 17 mars.

GRIES (*de notre envoyé spécial*). Après s'être fait souffler la victoire chez la lanterne rouge paloise samedi, Cholet-Basket aurait très bien pu connaître un second coup dur hier soir. Adversaire en pleine confiance, sans pression, installations coquettes (2 400 spectateurs), public chauffé à blanc : toutes les conditions étaient réunies pour voir trébucher des Choletais en plein doute actuellement. L'équipe des Mauges y mit elle-même beaucoup du sien pour entretenir le suspense, rendant une copie bien loin d'une perfection qui semble cette saison inaccessible aux hommes d'Erman Kunter. Entre excès de confiance (comme cette balle piquée par Huttel dans les mains de De Colo à la 6', ou encore ce contre signé Villemin sur Mokongo, à la 13') et errances défensives, l'un et l'autre étant sans doute liés intimement, CB a même senti régulièrement le souffle des Alsaciens sur ses talons avant le repos (13-14, 6'; 35-35, 15'). Les Choletais ne firent finalement respecter la juste hiérarchie qu'un seul quart-temps, le 3^e, qui leur permit de faire définitivement la différence.

Bref, il n'y avait pas toujours trois divisions d'écart hier soir sur le terrain, alors même que par séquences, la formation des Mauges s'attachait pourtant à les faire transpirer, imposant tantôt un défi physique que le

Petit-Poucet alsacien ne pouvait relever, imprimant d'autres fois un rythme effréné (avec un cinq rapetissé où se côtoyaient Mokongo et Braswell) que Gries-Oberhoffen ne pouvait suivre. Rien de plus logique finalement.

Larrouquis débloque la situation

Ce qui le fut moins, ce furent donc les mêmes relâchements coupables qu'à Pau samedi. Cholet joue par séquences, ne défend qu'en pointillés et se permet donc le luxe d'encaisser la bagatelle de 41 points dans la première période, face à une équipe d'amateurs, plein de bonne volonté, et manifestement désireux d'accrocher un nouveau scalp à leur palmarès. Incapable de s'approcher du cercle dans le 1^{er} quart, Gries fit ainsi quelques merveilles à mi-distance, avant de profiter sur contre-attaques (!) des largesses choletaises en défense, pour se préserver quelques chances (41-51 au repos).

La lumière vint donc du troisième acte. Larrouquis offrit alors une belle bouffée d'oxygène à son équipe, se fendant d'un 3/3 aux primés qui lança enfin Cholet vers la victoire (45-61, 23'). Pris de vitesse, les Alsaciens s'avaient incapables d'endiguer le jeu en première intention des Choletais et devaient se résoudre à laisser se creuser un écart insurmontable (58-78, 30'). Ils mirent toutefois un point d'honneur à empocher, avec une belle détermination, le 4^e quart-temps, abordé en roue libre par CB, dont la constance n'aura décidément pas été le point fort hier soir encore. Contre une N2, c'est passé. Face au Havre samedi, ce pourrait être plus un jeu plus dangereux...

Gries-Oberhoffen (N2) - Cholet (Pro A) : 72-91 (21-31, 20-20, 17-27, 14-13). Arbitres : MM. Greva et Eseceli. 2 400 spectateurs.

GRIES-OBERHOFFEN : Majstorovic, 22 ; Huttel, 16 ; Lazarus, 1 ; Lazare, 11 ; Dieye, 5 puis Bæchtel, 10 ; Villemin, 7.

CHOLET : Grier, 13 ; Marquis, 6 ; De Colo, 17 ; Falker, 10 ; Braswell, 16 puis Larrouquis, 19 ; Mokongo, 1 ; Robinson, 9.

Christophe MAZOYER.

Ouest France – Mercredi 21 janvier 2009



Hier soir, Larrouquis a joué un rôle essentiel dans la qualification des Choletais.

Lazarus, le garde du corps

LE FACE-À-FACE

Nando De Colo

Multiple MVP de la saison écoulée, l'international français Nando De Colo est le chef de file de la formation choletaise, adversaire de Gries-Oberhoffen ce soir. A Gilles Lazarus incombera la lourde tâche d'enrayer la gâchette des Mauges.

Gilles Lazarus

Nando De Colo 21 ans - 1,95m
Club : Cholet Basket (ProA) depuis 2006.

Poste : arrière.

Carrière : Liévin, centre de formation de Cholet (2002-2006).

Palmarès : International français. Vainqueur de la Semaine des As et finaliste de la Coupe de France en 2008. MVP de ProA, MVP de la Semaine des As et MVP du All Star Game en 2007/08 ; sélectionné au All Star Game en décembre dernier. Attendu à la draft 2009.

SES POINTS FORTS :-
la polyvalence et l'adresse

Gilles Lazarus 29 ans - 1,85m
Club : BC Gries-Oberhoffen (NM2) depuis 1999.

Poste : meneur/arrière.

Carrière : Weyersheim, Haguenau, Gries-Oberhoffen.

Profession : comptable chez Alsafix.

Palmarès : Vainqueur du Trophée Coupe de France (amateurs) en 2007 et MVP de la finale contre La Rochelle, plusieurs coupes d'Alsace et du Crédit Mutuel.

SES POINTS FORTS :
le jeu rapide et le mental



Photos Archives DNA - Photo ©Jupiter Unlimited 2009

Infographie DNA Studio Anne-Sophie Catel-Guihomat - 20/01/09

DNA - Mardi 20 janvier 2009

■ **Il va toucher son rêve du doigt: défendre sur Nando De Colo. Gilles Lazarus est pleinement conscient de l'immensité de la tâche. Mais parce qu'il n'est pas du genre à se poser 36 000 questions, parce qu'il sera épaulé par tous ses coéquipiers aussi, le teigneux meneur/arrière griesois est prêt pour ce combat.**

C'était un gimmick, un leitmotiv dans les rangs du BCGO avant le 32^e de finale contre Saint-Étienne. «Certains rêvent de défendre sur Nando De Colo au tour suivant», avait alors rapporté Olivier Bady. Le rêve est devenu réalité, on le sait, à la faveur du succès contre le pensionnaires de ProB: ce soir, la nouvelle étoile du basket français sera sur le parquet de l'Espace Sports la Forêt.

Les propos qui ont précédé l'exploit contre les Foréziens ont logiquement refait surface ces temps-ci, à en juger par l'émulation qui a régné la semaine dernière à l'entraînement. «Ils voulaient tous leur ticket pour De Colo», reprend le coach. Si Olivier Bady a de toute façon prévu d'assigner cette mission à plusieurs de ses hommes – Lazare, Huttel, Villemin, Ait-Tabassir se relaieront –, il

en est un qui devrait se coltiner le MVP de ProA 2008 un peu plus que les autres: Gilles Lazarus.

Le technicien griesois s'explique. «De Colo est très rapide, très vif et ne joue pas sur un physique abrupt. Gilles a un peu ces qualités-là et peut avoir du répondant». Remis de la déchirure aux adducteurs qui lui avait coûté quatre matches avant la trêve, l'intéressé mesure la chance qui lui est offerte. «C'est le mec qui a dominé le basket français l'an dernier. On ne parlait que de lui. Et il vient ici. C'est génial!».

Avec sa bouille éternellement renfrognée, l'arrière du BCGO ne se formalise toutefois pas plus que ça lorsqu'il lui faut se projeter sur sa mission. «Il ne faut pas que l'on se pose de questions. Si tu commences à te poser des questions, à avoir du respect, t'es mort. Ce mec, on sait qu'il est plus fort que nous. A nous de ne rien changer et de jouer comme on sait le faire».

«Essayer de l'embêter»

Le garde du corps attiré a déjà sa petite idée sur la façon de s'y prendre pour limiter le rayonnement de la dernière pépite en date du basket tricolore. «Il faudra passer avec lui derrière les écrans, le

gêner s'il monte la balle». Mais au fait, peut-on seulement arrêter De Colo? «On va déjà essayer de l'embêter et puis espérer qu'il ne nous prenne pas trop au sérieux», glisse Olivier Bady.

Le challenge est assurément à la hauteur de l'affiche: exceptionnel. Et Gilles Lazarus mettra une nouvelle fois son cœur et ses tripes sur le parquet pour le relever. «L'envie sera là. Même s'ils vont nous dominer physiquement, il faudra tout donner pour ne surtout pas avoir de regrets». Parce que ce garçon ne dit jamais rien à la légère, ces paroles-là n'en ont que plus de valeur. **R. Sch.**

3. LE TICKET DU MATCH

16e de finale - Coupe de France 2009

BC Gries-Oberhoffen - Cholet B

Espace Sport la Forêt
Mardi 20 janvier 2009 - 20 Heure 00

Catégorie: 1 Tribune: I Placement libre

Numérotation: 00199 - 00041454

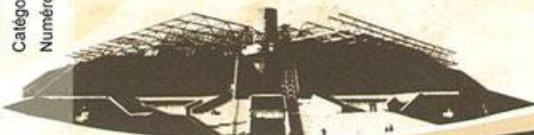
Invitation

CONTRÔLE
Isolé du billet, ne donne pas
droit d'accès au stade

Numérotation: 00199 - 00041454

A présenter à toute réquisition

Les billets ne sont ni repris, ni échangés. Le spectateur devra
se conformer au règlement intérieur propre au site.



4. REPORTAGE PHOTO SUR LE DEPLACEMENT A GRIES



En marge du match GRIES/CB, 3 joueurs de l'équipe Pro -Nando DE COLO, Thomas LARROUQUIS et Kevin SERAPHIN- se sont prêtés à une séance de dédicaces organisée par Sport 2000 et And1, partenaires de CB, au sein du magasin Sport 2000 à Haguenau.





Le public était venu nombreux pour soutenir son équipe lors de ce match très attendu.



Les supporters ont animé le match de manière exemplaire





Chacun a participé à sa manière et a rendu cet évènement magique.



C'est une salle comble qui a applaudi les 2 équipes





La présentation des équipes :

GRIES (en haut)

Cholet Basket >>



Les joueurs de CB à l'échauffement dans la salle de l'Espace Sport la Forêt.

Les pom-pom girls en démonstration lors des temps morts et à la mi-temps.



Les joueurs de CB écoutent les consignes d'Erman KUNTER



La mascotte de GRIES



Les joueurs de GRIES saluent leur public qui les a soutenu jusqu'au bout



Mission accomplie pour les choletais qui remportent ce match en restant solidaires

5. DES NOUVELLES DE MICKAEL GELABALE



MICKAËL GELABALE, PARIS-TEXAS

Huit mois après avoir quitté le practice des Seattle SuperSonics suite à une rupture des ligaments croisés du genou, Mickaël Gelabale est de retour aux États-Unis. Il a établi son camp de base à Dallas et espère rebondir fin janvier en D-League. Un retour d'enfer qui sent le soufre et la sueur, loin du show NBA...

Ceux qui pensaient revoir Mickaël Gelabale en Europe après sa rupture des ligaments croisés du genou et la fin de son contrat chez les Sonics vont être déçus. Mike n'a qu'une seule envie. Il le clame haut et fort : « Je veux rejouer en NBA ». Il se prépare durement pour ce come-back sur le sol américain. A Dallas et avec Xabi Zuspereguy, un « skill développement coach ». Dans un camp de base, comme ceux qui servent à préparer les boxeurs avant un combat. Gelabale y suit un programme personnalisé, avec toute une batterie de tests, pour retrouver son meilleur niveau et décrocher un nouveau contrat dans la meilleure Ligue du monde. Ce camp n'a rien d'un endroit sinistre. Il répond au doux nom de « South Plaza ». Un building hotel où Donnie Nelson, le GM des Mavericks, aurait des parts selon les rumeurs. Nous montons au 9^e étage puis empruntons de longs couloirs qui conduisent à une salle qui sent la torture. Un code est nécessaire pour y accéder. 3-2-1. Et hop, on tombe sur Mickaël en train de faire du vélo ! Avec du rythme. Mike bosse depuis une quinzaine de minutes. Il suffit de lever les yeux pour mater des écrans de télé mais Mike garde la tête dans le guidon. C'est le moment de passer au plat de résistance, après quelques étirements. Sur un mur est placardée l'affiche « Re-back the weights » (Rapportez les poids après usage). Mike, lui, les prend. Il travaille ses biceps. Deux séries de dix à chaque fois, en alternance avec du développé-couché. Gelabale souffre visiblement le martyre. Un rictus masque par ses dreadlocks en dit

long sur la douleur de l'ailier « frenchie ». Son coach n'est pas là aujourd'hui mais le programme reste le même. Une heure de musculation. Puis il faudra enchaîner immédiatement avec une heure de shoots sur le campus des Mustangs, MSU college situé à quelques miles de là. On s'y rend en voiture après un passage par sa piaule. Le Français partage son dur labeur avec l'intérieur sénégalais Malick Badiane, power forward de 24 ans passé par la France (Saint-Vallier plus exactement) la saison dernière après avoir évolué en Allemagne, chez les Skyliners. Malick est un second tour de draft (44^e choix par Houston en 2003) qui cherche lui aussi une place au soleil en plein hiver. La galère dure depuis quatre ans, par la faute des Rockets qui n'ont jamais vraiment cru en lui. Le 21 février 2008, les droits ont finalement été cédés à Memphis. Badiane dispute la summer league de Las Vegas, participe au training camp et dispute une rencontre de présaison avant d'être coupé...

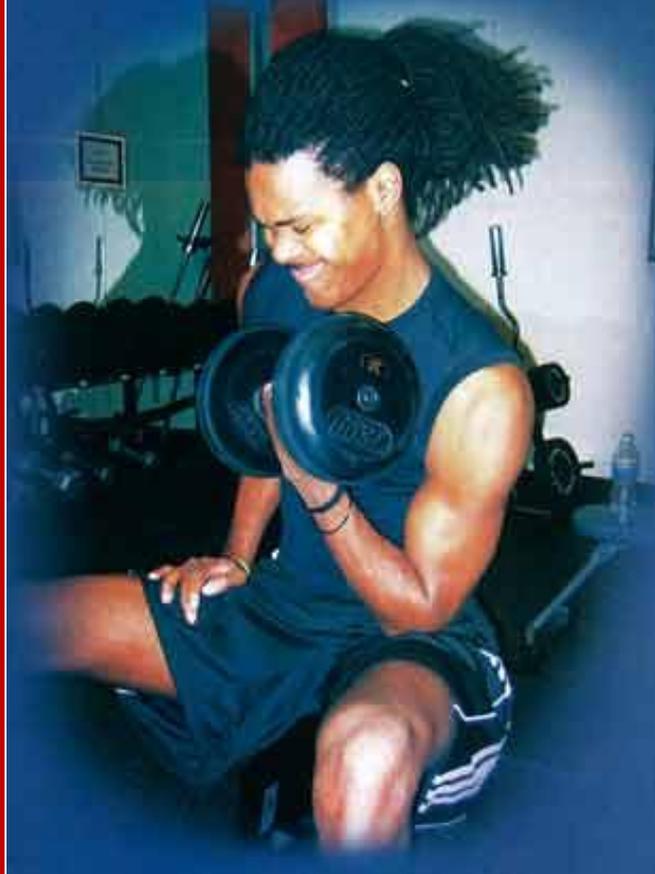
Musculation, shoot, yoga, vélo, piscine

Pour quelques semaines, le South Plaza fait donc office de Q.G. pour les basketteurs SCF, sans club fixe. Tous les vagabonds et écopés du circuit s'y retrouvent. C'est à celui qui soulèvera le plus de fonte ! Celui-là sera le plus fort. Et le plus fort aura toujours plus de chances de trouver un club... La loi de la jungle prévaut aussi en NBA. Alors, Mike et Malick n'hésitent pas à mettre le paquet en ce qui concerne les charges. Et elles sont lourdes. L'ex-Sonic joue l'équilibriste sur un banc pour tester sa patte folle. La jambe droite, celle de tous ses malheurs. Comme dit son coach, que l'on retrouvera en fin d'après-midi au retour d'un déplacement à Detroit : « Il y aura des setbacks (*ndlr* : des contretemps), c'est normal. Mais s'il veut rejouer au plus haut niveau, Mike doit travailler très dur. Je suis aussi là pour le soutenir moralement. » Et Mike ne mollit pas. Il n'a pas spécialement l'air traumatisé. Au quotidien, il se farcit quand même une heure de musculation et une heure de shoots auxquelles il faut ajouter trois heures de yoga actif dans la semaine ainsi que deux séances de cardio (vélo + piscine). Le yoga, qu'il pratique en soirée, lui permet de travailler les assouplissements et, dit-il, « d'éviter que le stress ne retombe sur le genou ». Si ça ne suffit pas, il peut retourner soulever de la fonte. Sa piaule est au 9^e étage, comme la salle de musculation... Le plus souvent, le travail effectué dans la journée suffit car le coach augmente les doses : « L'inten-

FITNESS CENTER

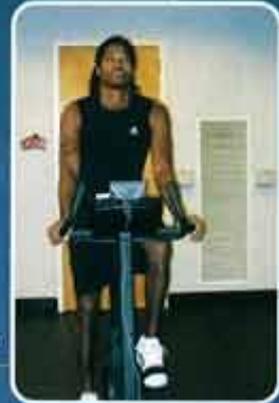
1. NO ATTENDANT ON SITE. USE AT YOUR OWN RISK.
2. Consult a physician before using the equipment.
3. Persons under the age of 15 are not allowed in the Fitness Club without a parent or legal guardian present.
4. Resident will be held responsible for any damage to equipment.
5. Guests must be accompanied by an adult resident. Limit one guest per resident.
6. The Fitness Center is available for use 24 hours a day.
7. Please wipe machines after use.
8. Resident I.D. may be required.
9. No food or drink allowed.
10. See management for additional information. Thank You.

CALL 911 FOR EMS OR POLICE EMERGENCY
SOUTH SIDE



Basketball diary by Mike

- 18 mars 2008 :
Rupture des ligaments croisés du genou droit lors d'un entraînement à Seattle.
- 25 avril :
Opération à Lyon par le professeur Sonnery-Cotte.
- 28 avril :
Début de la rééducation à Hauteville (six semaines échelonnées sur trois mois).
- 25 août - 1^{er} novembre :
Renforcement musculaire avec Ludovic Lousteau, ancien rugbyman.
- 15 novembre :
Arrivée à Dallas et reprise de l'entraînement.



« Le nombre de séances de tirs augmentera au fur et à mesure, jusqu'à ce qu'il puisse jouer full speed. » Lorsque ce sera le cas, Mike aura retrouvé la plénitude de ses moyens. Une confiance totale dans chacun de ses gestes. Il n'y aura plus aucune appréhension au moment de partir en défense et d'attaquer le cercle.

Je serai encore à la salle pendant les fêtes de fin d'année »

« Au début décembre, lors de notre passage, il n'en était pas là évidemment. Mais il était quand même capable d'enchaîner des séries avec des tirs en jeu et jumpshots ! Il termina même une séance par un tir en face à Malick Badiane. Avec la banane. » Ça fait du bien ! » What about Christmas ? » Je dois bosser. J'ai perdu assez de temps comme ça. Je serai encore à la salle pendant les fêtes de fin d'année. » Mais Boris Diaw, à Charlotte, et Mickaël Pietrus, à Orlando, ont été invités. Alors il s'offrira une petite escapade. Très courte. Pas ques-



tion de trainer. Son camp de base est à Dallas. C'est là que tout doit redémarrer. Pas comme avant. Mieux qu'avant. » Je ne répéterai pas les erreurs du passé », assure-t-il. Plus tard, au sortir du déjeuner, il nous accordera une interview. Et insistera sur la dose d'agressivité qui devra être la sienne à l'avenir. Pour rejouer et pour réussir en NBA. Il y croit. Nous aussi.

Xabi Zuspereguy, profession SDC

Son nom ne vous dira rien. Son job guère plus. Son métier n'existe pas en France. Les « skill development coaches » exercent surtout aux États-Unis. Ils sont chargés de remettre les joueurs d'aplomb après une blessure. Ils s'occupent aussi d'entretenir ceux qui jouent peu dans leur franchise. Et puis il y a les joueurs hors catégories qui peuvent se permettre d'avoir un coach personnel. C'est le cas de Lamar Odom. Xabi Zuspereguy exerce ce métier comme un roufard du basket. L'été dernier, il a remis sur pied Jason Maxiell à Detroit ainsi que DeSagana Diop à Dallas. Les deux ont signé un contrat lucratif. Avec Mickaël Gelabale, il s'agit d'un travail à moyen terme. Mike est actuellement dans un processus de reconstruction : il lui faut retrouver les gestes qui faisaient sa force avant sa rupture des ligaments croisés du

genou. Xabi est là pour le pousser et le freiner si nécessaire. Jusqu'au « full speed » : là, l'ancien Sonic déclenchera ses tirs et partira au lay-up sans se poser de question. » Je lui fixe des objectifs précis à atteindre. On avance par paliers. Mon job, c'est de lui redonner les clés du jeu, perdues avec la blessure. Ça peut être plus au moins long en fonction des progrès qu'il accomplit mais je sais déjà qu'il reviendra. Lui aussi. » Cet entraîneur d'origine basque a tout programmé sur une semaine. Un menu riche et varié pour alimenter une mécanique en mal de basket. Même le yoga est inscrit au programme, trois fois par semaine, avec une séance de piscine ainsi que du vélo. Mais alors, il se repose quand, Mike ? » Comme les enfants, le mercredi après-midi et le dimanche également... »

« La NBA me manque terriblement »

MONDIAL BASKET : Mike, si tu es à Dallas, c'est évidemment pour rejouer en Europe ?

Michaël GELABALE : (Il se marre) Oui, c'est ça ! Non, je veux mettre toutes les chances de mon côté pour rejouer en NBA. Ça commence par une grosse préparation physique, ici aux Etats-Unis. Mon agent (ndlr : Bouna N'Diaye) a tout réuni pour que je puisse travailler dans les meilleures conditions possibles. J'ai un coach personnel, Xabi Zuperreguy, une salle de musculation, un gymnase pour shooter... Tout a été fait pour que ça se passe bien. Et c'est le cas.

MB : Objectif NBA ?

M.G. : La NBA me manque terriblement... Tout me manque. Les voyages, les entraînements, le jeu, les hôtels, les matches... Je ne pensais pas être accro à la Ligue à ce point. Je vais voir tous les matches de Dallas. Je sais que ma place est là, en NBA. Il m'arrive de me dire pendant un match : « A la place de ce joueur, j'aurais fait telle ou telle chose ». C'est pour te dire ! Avec le recul et en observant ça des coulisses, je me rends compte que la NBA est vraiment un monde à part. La vie d'un basketteur NBA est à part. Ce rythme effréné me convient tout à fait. Je sais que si je devais retourner jouer en Europe, je n'aurais pas du tout cela et que ça me manquerait. Je veux revenir dans cette Ligue. Ça passe dans un premier temps par un séjour en D-League pour retrouver la confiance. Après, on verra si une franchise m'appelle ou pas.

MB : Tu t'es fixé une date pour un retour au jeu ?

M.G. : Début février au plus tard. Mais dans ma tête, c'est fixé à la fin janvier. Je travaille dur pour cela. Il faut que ma jambe droite soit plus forte. Dès que je me sentirai prêt et que j'aurai de bonnes sensations, je rejouerai en D-League.

MB : Pourquoi ce passage par la NBDL ?

M.G. : Si je devais rejouer immédiatement dans une franchise NBA, je ne pourrais pas prendre dix tirs dans un match. En D-League, ce sera totalement différent. Je prendrai sans problème dix à quinze shoots chaque soir. Je gagnerai de la confiance et un retour en NBA sera plus « facile ». Enfin, ça, c'est le scénario idéal... Mais je préfère penser à ce scénario-là.

MB : T'arrive-t-il de douter ?

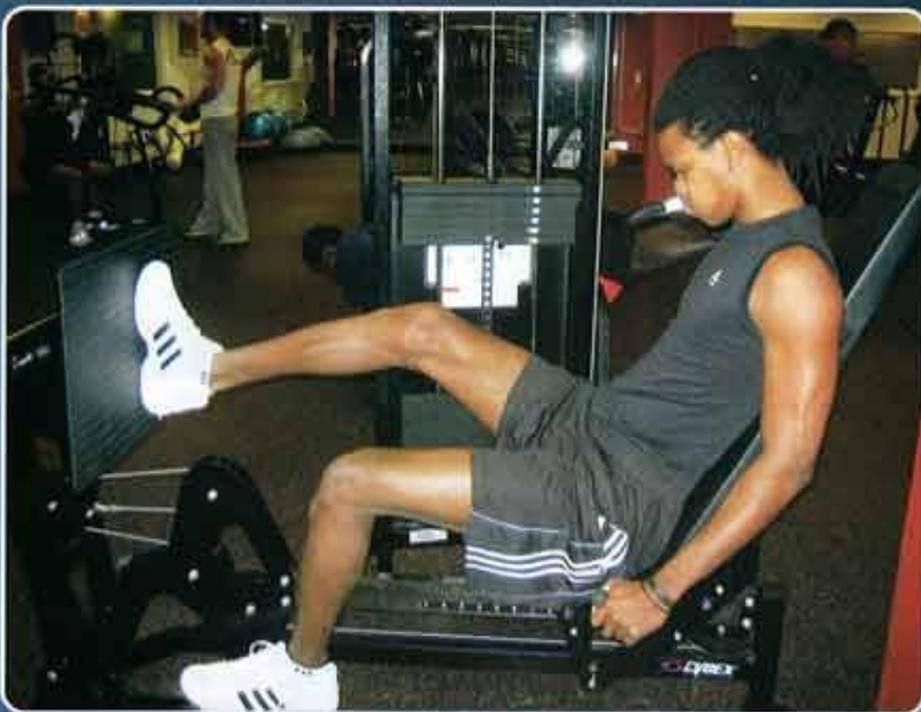
M.G. : J'ai passé ce cap. La période la plus difficile est derrière moi. Au moment de la blessure, ce fut terrible. Fin de saison prématurée, plus de contrat derrière... C'était un peu la cata. Aujourd'hui, je n'ai toujours pas de contrat mais je suis à l'entraînement. Je suis dans la dernière phase du programme visant à retrouver une équipe. Je ne fais pas la gueule parce qu'il faut aller à la salle de musculation ou enchaîner des séances de cardio, avec du vélo et de la piscine. Derrière ça, je touche à un ballon. A Hauteville, en rééducation pure, c'était autrement plus difficile.

MB : Imaginons que tu reviennes en NBA. Que dois-tu modifier par rapport à tes deux années avec Seattle ?

M.G. : J'ai compris le système. Il faut être agressif en permanence pour réussir en NBA. Si tu ne l'es pas, ton temps de jeu diminue et on t'oublie. Il faut faire un peu de tout. Même perdre des ballons : les coaches voient que tu es actif... (Rires)

MB : On te sent mieux qu'à la mi-septembre, lorsqu'on t'avait croisé sur l'adidas 5x5 à Paris...

M.G. : A l'époque, j'avais encore mal au genou. Après cette journée, il avait enflé. Aujourd'hui, ce n'est plus le cas, même après les efforts. Je sais que je reviens de l'enfer. Mais ce n'est pas fini tant qu'il n'y a pas de contrat au bout...



6. NANDO DE COLO, PARRAIN DE LA SSL BASKET DU COLLEGE CLEMENCEAU

Pour cette nouvelle année scolaire, Nando DE COLO a été désigné Parrain de la Section Sportive Locale Basket du Collège Clémenceau.

Il était présent, accompagné de l'ailier-arrière américain Vincent GRIER, le jeudi 22 janvier 2009 à la salle Laënnec de Cholet pour prendre part à une séance pédagogique avec les élèves de la SSL Basket.

Sous la houlette de l'entraîneur Gaëtan CHARBONNIER, les élèves, âgés de 11 à 15 ans, étaient répartis dans 3 ateliers de basket. Ils ont pu ainsi bénéficier des conseils techniques des deux joueurs pros.

Au terme de cette séance, Nando et Vincent ont répondu aux questions des jeunes, certains s'étant même essayés à l'anglais avec Vincent GRIER. Le tout s'est terminé par une séance de dédicaces au grand plaisir des jeunes.





