

► BETCLIC ÉLITE (28<sup>E</sup> JOURNÉE)

## Laurent Vila : « Ça vaut le coup d'y croire à fond »

Trois jours après leur succès autoritaire au Mans, les Choletais veulent confirmer leur bonne dynamique ce soir face à Orléans, un adversaire mal en point que les Choletais ne veulent néanmoins pas négliger.

Cholet Basket peut-il se hisser au 8e rang – voire mieux – du championnat ? « Bien sûr que c'est envisageable. On se doit d'y croire ! » D'un ton ferme, Laurent Vila, le coach choletais, donne le ton. Oui, Cholet Basket peut s'inviter à la table des huit équipes qui disputeront les play-offs de Betclic Elite à partir du 20 mai ! Il y a quelques semaines, quand CB n'avait que le maintien en tête, une telle affirmation aurait fait sourire. Mais forts de dix succès lors de leurs quatorze derniers matchs, les Choletais se sont plus que bien rétablis. Bien évidemment, comme le rappelle malicieusement le président Jérôme Mérignac, le maintien « n'est pas encore mathématiquement officiel ». De fait, la probabilité de voir CB reléguer en Pro B existe, mais elle est à peu près aussi infime que de voir Laurent Vila et ses joueurs finir champions de France en juin prochain !

Ce matin, à sept journées de la fin de la saison régulière, CB pointe au 10e rang de Betclic Elite, avec deux succès de retard sur Dijon et Le Mans, le

tandem des 7e et 8e. Deux formations contre lesquelles CB compte quatre succès cette saison. Et deux formations qui auront un gros choc à négocier ce soir : à Limoges pour Le Mans et contre Monaco pour Dijon.

### « On a passé un cap »

De son côté, CB voit se profiler la réception d'Orléans, une équipe empêtrée dans la course au maintien et battue douze fois lors des quatorze derniers matchs. Une mauvaise dynamique qui n'inspire que de la crainte à Laurent Vila. « Le compteur est toujours remis à zéro avant un match. Ils sont dans l'obligation de gagner pour maintenir le club. Ils vont tout tenter, c'est sûr », insiste le coach de CB qui n'a donc pas fini de répéter ses consignes de sérieux.

Appelés à « faire le meilleur match possible », ses hommes auront également pour mission de continuer à grandir en tant qu'équipe. « Notre marge de progression consiste à éliminer les quelques erreurs que nous commettons parfois. Quand nous sommes capables de prendre l'ascendant et de compter 5, 6 ou 7 points d'avance, nous devons faire en sorte de creuser un peu plus encore l'écart afin d'empêcher l'adversaire de revenir à notre portée. Sans cela, le match se joue sur une dernière possession et c'est la roulette russe. »



Laurent Vila. PHOTO: CO.-ETIENNE LIZANBARD

En un mot comme en cent, les Choletais prennent donc garde de ne pas sous-estimer leurs adversaires du soir. Cela ne les empêche toutefois pas d'aiguiser jour après jour leur appétit de victoire. « Les play-offs ? Peut-être que mes coéquipiers en parlent, mais pas moi. Je préfère rester concentré sur le prochain match », jure Yoan Makoundou. « Depuis plusieurs semaines, on a passé un cap, tous ensemble. Aujourd'hui, on est prêt à tout donner contre n'importe quel adversaire. Cela peut nous permettre d'aller plus haut et de prouver

à tous ceux qui ne nous considéraient pas en début de saison qu'ils ont eu tort. On a envie d'aller plus haut. » Et donc, par la force des choses, de s'inviter dans le grand 8 de fin de saison. « Ce n'est pas que du rêve », conclut Vila. « On n'est qu'à deux points de la 8<sup>e</sup> place, ça vaut le coup d'y croire à fond ! » Et donc de battre Orléans.

Tristan BLAISONNEAU

### LES INFOS

#### Diarra au reposier

Nianta Diarra, souffrant de maux de tête, n'a pas participé à l'entraînement de CB, hier matin.

<b>CHOLET</b> 10 <sup>e</sup>	<b>ORLÉANS</b> 16 <sup>e</sup>
<p><b>CHOLET</b> 13v 14d 12<sup>e</sup> Att 80,4 12<sup>e</sup> Def 81,8</p> <p>► <b>ENTRAÎNEUR</b> Laurent VILA</p> <p>► <b>BANC</b> 0. N. De Sousa (1,91 m) 2. K. Meeks (2,08 m / USA) 8. H. Robineau (1,92 m) 14. P. Jok (1,97 m / Sou.) 21. OD Anosike (2,03 m / Nig.) 44. TJ Campbell (1,75 m / USA)</p> <p><b>Incertain</b> : N. Diarra <b>Écarté</b> : le règlement LNB permettant la participation de six joueurs étrangers maximum à un match, CB devra laisser un de ses sept étrangers sur le banc.</p> <p><b>Betclic ELITE</b></p>	<p><b>ORLÉANS</b> 8v 18d 15<sup>e</sup> Att 76,7 15<sup>e</sup> Def 84,5</p> <p>► <b>ENTRAÎNEUR</b> Germain CASTANO</p> <p>► <b>BANC</b> 0. L. Schwartz (1,97 m / Bel.) 8. E. Terry (2,06 m / USA) 9. J. Nzeulie (1,83 m) 14. C. Sanka (2,04 m / Sen.) 19. B. Cingala-Mata (2 m) 21. M. Mutuale (1,88 m)</p> <p><b>Infirmierie</b> : Ndoye (main)</p>

# Cholet gère aussi son entre deux-tours

**Élite.** Cholet - Orléans, ce soir (20 h). Entre la victoire au Mans et ce duel, 72 heures se seront écoulées. Un laps de temps précieux qu'il faut savoir occuper entre intensité et récupération.

C'est à se demander si les Choletais mesurent leurs efforts lorsque, ce lundi matin au cœur d'une séance d'entraînement engagée, OD Anosike se retrouve au sol après une intervention rugueuse de Kennedy Meeks. Ça discute, ça chipote, ça joue dur. Tous ont ce réflexe d'étendre leur maillot d'entraînement pour essuyer les quelques gouttes qui ruissellent sur leur front, signe qu'il ne s'agit pas uniquement de lever le pied. Car 72 h après la victoire dans le derby à Antarès face au Mans, samedi, CB devra déjà croiser le fer avec Orléans, ce soir. Durant ce laps de temps, c'est tout le club qui participe à l'effort de récupération. Un deuxième kinésithérapeute a même été débauché pour épauler le seul Joris Martin dans sa tâche.

Ces trois jours sont l'occasion pour Laurent Vila de faire le point sur ce qui est mis en place pour maintenir ses hommes dans une forme optimale. Un moment particulier et apprécié des joueurs. « **Toutes les séquences de match ne sont pas les mêmes. Ce qui dépend, c'est ce qui est fait auparavant. Avant Le Mans, on a eu toute une semaine de préparation qui avait pour but de préparer les quatre prochains matches, du Mans au Portel (le 19 avril), détaille le technicien catalan. Ce n'est pas l'intensité à l'entraînement qui est déterminante. Au contraire. C'est la récupération mais aussi la quantité et le rythme des shoots.** »

## Déverrouiller le corps

Et pour se faire, le coach choletais peut compter sur Romain Palussière, le préparateur physique de CB. « **Ce qui change, c'est qu'il n'y a pas de jour off. Il faut réactiver les corps dès le lendemain du match. Il y a un travail plus important sur les étirements et les mobilités, car la machine a tendance à se verrouiller après les matches.** » Et les organismes ont de quoi se déverrouiller au regard de la débauche d'énergie de Yoan Makoundou et ses coéquipiers, dans un exercice d'attaque-défense qui ne laisse pas paraître la présence d'acide lactique dans les jambes. « **Inconsciemment, il y a moins d'intensité. Mais, on reste des compétiteurs,** indique Boris Dallo, un ric-



Laurent Vila et ses joueurs vont disputer leur 5<sup>e</sup> match en un peu plus de deux semaines. | PHOTO: DOMINIQUE BREUGNOT

tes au coin de la bouche. **Mais c'est vrai que l'intensité sera moins perceptible car on a joué il y a deux jours. Les batteries sont plus entamées. Certains peuvent se gérer un peu plus. Mais à la fin, on veut garder le rythme.** »

Se gérer, c'est d'ailleurs ce que recommande Romain Palussière. « **Il ne faut pas trop brusquer le corps. Il faut le préparer à faire un autre effort. Il ne doit pas trop s'éteindre pour ne pas avoir à repartir de trop loin. Ce n'est pas plus dur que quand on a un jour de repos où le corps se verrouille violemment et où c'est plus compliqué de le faire revenir.** »

## « Laisser le groupe vivre »

Il y a aussi tout un management à adapter dans ces séquences. Respectueux des habitudes de ses joueurs, Laurent Vila prend généralement du recul. « **Il faut rester assez neutre. Laisser le groupe vivre son moment. Moi, je préfère ne pas trop interagir. Ne pas surcharger l'entraînement et les informations. Ne pas trop coacher. Il faut donner de l'air**

**aux joueurs. Si on est trop présent, on peut casser la dynamique.** » Un avis apprécié et partagé par Boris Dallo qui décrypte à cette occasion le travail mis en place par les joueurs pendant ces quelques jours. « **On est un groupe avec un peu d'expérience. On sait comment se gérer. Chacun a sa façon de faire avec des demandes différentes. Il y en a qui vont vouloir travailler plus sur le terrain ou faire plus de musculation,**

évoque-t-il alors que Artis et Hogg font quelques heures sup' sur le parquet quand d'autres ont déjà filé aux vestiaires. **Hier (dimanche), on est venu s'entraîner, on avait le choix de faire plus de terrain ou de la récupération. Chacun a son mode opératoire. Les gars peuvent faire ce qu'ils veulent, du moment qu'ils arrivent prêts.** »

Maxime RABE.

## Cholet veut profiter de la méforme d'Orléans

« **Le tout est de ne pas penser que ça va être facile.** » Boris Dallo prévient. Pas question pour Cholet Basket de prendre de haut cette équipe d'Orléans, en pleine lutte pour le maintien et qui reste sur cinq défaites consécutives. « **Comme toutes les équipes, il faut respecter les joueurs qui sont là et le travail du staff.** », complète Laurent Vila. Nianta Diarra est d'ailleurs incertain pour la rencontre. Le Malien n'était pas présent à l'entraînement, hier. Il souffrait de maux de tête.

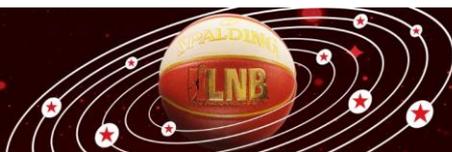
À Orléans, la situation est beaucoup plus complexe. Kyvon Davenport ne jouera plus du tout sous le maillot orléanais, selon la République du Centre, en raison d'un manque d'implication. Le club a recruté Emanuel Terry, un ailier-fort, en tant que pigiste médical de Youssou Ndoye.

## Le groupe

Artis, Campbell, Govens, De Sousa, Robineau, Jok, Dallo, Hogg, Makoundou, Diarra, Meeks.

Ouest France – Mardi 12 avril 2022

35 ANS  
ENSEMBLE  
EN ÉLITE



Nos bonnes étoiles,  
c'est vous!  
#CBFAMILY

