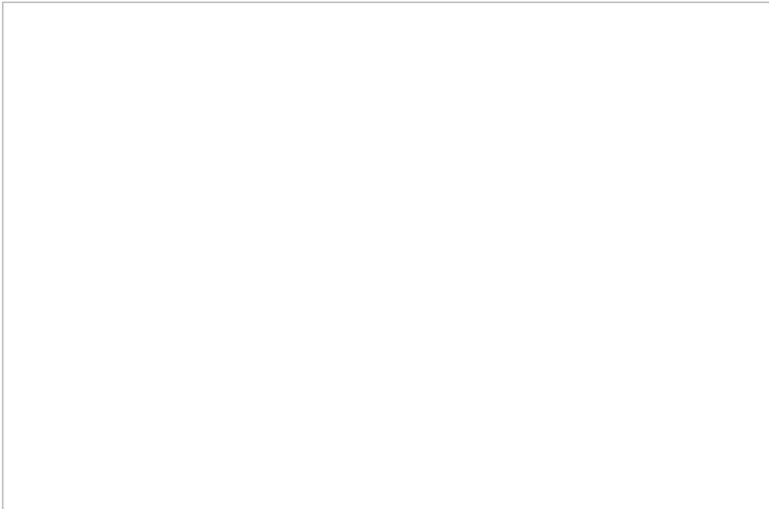


## **Avec Madoussou Fall, le rugby, c'est facile !**

Deuxième ligne de l'équipe de France féminine de rugby, Madoussou Fall a découvert le rugby à Sevran. Voici ses conseils, en ce mois de Mondial, pour mieux découvrir le ballon ovale.



Madoussou Fall, à droite, lors d'un entraînement du XV de France cet été.

### **Le Mondial a lieu en France en ce moment, pensez-vous que ce sera aussi un coup de boost pour le rugby francilien ?**

Oui, en Seine Saint-Denis, il y a les clubs de Tremblay et Bobigny, pas si loin de Sevran. Donc, il ne faut pas hésiter à les contacter. Et, je suis aussi marraine du sport-études situé à Pantin, là où est également basée l'association « Drop de Béton », par laquelle je suis passée pour débiter le rugby. Bref, même si le foot est populaire, il y a de plus en plus de structures de rugby dans le 93 !

### **Justement, quels conseils donneriez-vous à celles et ceux qui débutent ?**

De ne pas lâcher et de ne pas tout de suite penser au haut-niveau. Récemment, une jeune fille qui n'avait pas été acceptée en centre de formation me demandait conseil. Je lui ai expliqué qu'être recalée n'allait pas mettre un frein à sa carrière et qu'elle devait retenter sa chance. Il y a un mois, elle m'a écrit qu'elle avait été acceptée. Donc, on ne lâche rien ! Regardez-moi, au départ, je pratiquais pour le plaisir, pour me défouler. Alors, tout est possible : on peut commencer par prendre un ballon de rugby, s'amuser entre copains ou copines à faire des passes, c'est comme ça qu'on **progresses. Tout simplement.**

### **On peut aussi apprendre grâce à Internet ? En regardant ?**

Complètement ! Bien sûr, le mieux, c'est vraiment d'aller dans un club, parce qu'un coach va nous faire progresser sur la technique et qu'on y apprend la dimension collective du jeu. Mais pour compléter, ou si on est juste curieux du rugby, il y a plein de vidéos en ligne. Elles expliquent comment faire tel geste, telle passe... En ce moment, en plus, avec le Mondial, les matchs sont diffusés à la télé, donc il ne faut pas hésiter à regarder. C'est une bonne première étape !

## **Tentez le touch rugby !**

Créé fin 2021, le « Touch Sevran Poudrerie » joue les pionniers puisqu'il est le premier club de « touch rugby » de Seine-Saint-Denis.

Inspiré du rugby à XIII, le touch rugby est une variante plus "douce" du rugby, née dans les années soixante en Australie, qui se joue en mixité.

Plus d'infos sur [www.touchsevranpoudrerie.fr](http://www.touchsevranpoudrerie.fr)

rgba(255,255,255,1)

Publié le 14 octobre 2023