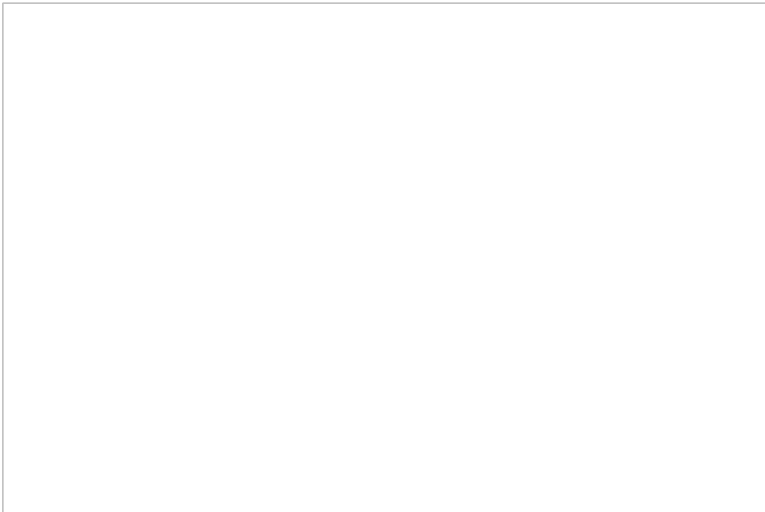


Avec Madoussou Fall, le rugby, c'est facile !

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

rgba(255,255,255,1)

Publié le 14 octobre 2023