



Nous entamons une nouvelle année avec toujours autant d'incertitudes.

Depuis le 15 Décembre, les éducateurs du AHB ont repris les phases d'entraînements.

Nous avons également obtenu des plages horaires supplémentaires afin d'accueillir les collectifs durant les congés scolaires et remercions les éducateurs présents.

Le nombre de participants et le témoignage de certains parents démontrent bien l'impatience des minots à retrouver le ballon, les copains et copines de jeu.

A l'Ecole de Handball, où l'effectif est constant, les éducateurs envisagent déjà de participer à des tournois organisés aussi bien par des clubs voisins que par le AHB.

Si tout va bien, un premier tournoi est envisagé pour le premier Week End de Février.

En ce qui concerne les adultes, il n'y a pas trop de visibilité.

Certes les professionnels poursuivent les championnats en huis clos.

La division 2 Féminines devrait reprendre prochainement, pour le reste

En attendant, nous souhaitons porter à votre connaissance l'initiative de deux éducatrices sportives du AHB.

Soucieuses de préserver la santé physique du groupe qu'elles encadrent, de consolider le travail réalisé, elles se sont investies et méritent d'être à l'affiche.

C'est pourquoi, nous publions ci-dessous leurs témoignages



Vendredi 30 octobre 2020, second confinement de l'année... Il va falloir s'organiser autrement et repenser le hand !

Yaël et moi, coachs des -13 Garçons du AHB avons bien quelques idées,

Mais allons-nous avoir des volontaires ?



Première Visio sur zoom et à notre grande surprise douze joueurs sont présents sur la séance et, nous, coachs nous nous y mettons aussi. Par la suite, nous ferons 1 à 2 séances(s) par semaine qui comporteront chacune :

- Un circuit training de 20 minutes avec du renforcement et du cardio
- 10 minutes de débriefing sur la séance en elle-même, sur le ressenti du confinement et des difficultés scolaires.

La dernière séance comportait un QCM sur le Handball Masculin avec un cadeau à la clé pour le gagnant.



Benjamin DECHAUT a ainsi remporté un ensemble de sport.

Lorsqu'il nous a été permis de reprendre en extérieur nous avons fait des séances d'1h15 sur piste avec endurance, atelier et grand jeu de demi-fond. Nous avons même été suivis par quelques parents motivés !!!

A compter du 15 décembre 2020, nous avons repris les séances en intérieur et comme le veulent les consignes sanitaires, bien sûr sans contact... Même le jour de Noël quelques garçons pouvaient être présents, rejoints par des -13 Filles motivées.

Nous sommes maintenant en Janvier 2021, nous ne pouvons que continuer sur cette lancée et nous vous souhaitons à tous une bonne année.

