

À Saint-Sébastien-sur-Loire, on a testé le hand fauteuil

Par Sylvie HROVATIN | Modifié le 07/01/2017 à 20:15 | Publié le 07/01/2017 à 20:15



Petit match en trois/trois après la séance d'exercices pilotée par René. | Sylvie Hrovatin

Jouer au handball en fauteuil roulant, c'est déroutant mais pas insurmontable. Vraiment sportif. Premières impressions, au club de Saint-Sébastien-sur-Loire qui offrait une initiation samedi. Le Saint-Sebastien Sud Loire Handball (3SLHB) est le seul club à pratiquer cette discipline dans le département. Il invite à rejoindre son équipe à l'entraînement tous les jeudis soir, au gymnase du Centre.

On a testé

Faire des passes, tirer en visant la lucarne, ça ne s'oublie pas. Le geste revient facilement. Mais maîtriser le pilotage du fauteuil, ça, c'est une autre paire de manches. Un bon défi. Pour commencer, un joueur me sangle les pieds et m'indique comment fermer la ceinture à la taille. Rassurant, ces fauteuils sont des modèles faits pour le sport, avec **"pare-chocs à l'avant et système anti-bascule."**

Voilà, je fais corps avec le fauteuil et c'est parti pour un premier exercice de slalom. Pousser la roue, ça va. Facile, en ligne droite. Les virages, c'est une autre affaire. Il faut saisir la roue du côté duquel on veut tourner. J'ai du mal à doser le geste, me voilà à l'arrêt. Je repars aussitôt, avec les encouragements de Christian, un joueur du club. Mes manœuvres sont chaotiques, j'hésite à prendre de la vitesse. D'instinct, je tente la poussée en mode alterné. Tout faux ! Ces à-coups font avancer en louvoyant. Pas efficace. **"Il faut faire un mouvement ample, aller chercher la roue loin derrière"**, conseille gentiment René, l'entraîneur.

Pour corser le tout, une fois passé le slalom, je dois saisir la balle que m'envoie un joueur et en trois poussées de fauteuil (comme les trois pas maxi) m'approcher des buts pour tirer. Panique à bord, je le cale où le ballon ? Sur mes jambes, il risque de glisser. D'une seule main, j'ai du mal à rouler droit avec le fauteuil. Bon, je le coince entre mes genoux, en me disant, peut mieux faire.



La conseillère générale, Malika Tararbit, se prend au jeu. Elle aussi a testé. | Sylvie Hrovatin

Comme dit si bien René, **"on n'a que deux mains. Toute la difficulté est dans la coordination entre les mouvements du fauteuil et du ballon. Les débutants ont souvent tendance à se débarrasser vite du ballon."** Il invite à les rejoindre, poursuivre l'expérience. **"En cinq séances, on commence à être à l'aise avec le fauteuil."** Les entraînements ont lieu tous les jeudis soir, 20 h 30, au gymnase du Centre, rue Annie-Hure. C'est ouvert à tous, valides et handicapés. Le Saint-Sebastien Sud Loire Handball (3SLHB) est le seul club à pratiquer cette discipline dans le département.

Bonne alternative pour joueurs blessés

Au hand fauteuil, les règles du jeu sont quasiment les mêmes que celles du handball, si ce n'est le nombre de joueurs. En effet, on joue à six sur le terrain (cinq joueurs en fauteuil et un gardien de but) au lieu de sept. L'équipe sébastiennaise, composée de douze joueurs, joue en championnat régional. Hommes et femmes, valides et handicapés jouent ensemble. **"Nous avons aussi parfois des renforts de joueurs de handball blessés au genou ou à la cheville, pour qui c'est une façon de continuer à pratiquer"**, souligne l'entraîneur.