



VOYAGE EN OVALIE

Au centre de performance de l'Union Bordeaux Bègles

Cet été, j'ai eu l'opportunité unique de visiter le centre de performance du club de rugby Union Bordeaux Bègles (UBB). Dans ma famille le rugby c'est sacré alors cette proposition originale de visiter un centre d'entraînement m'a tout de suite enthousiasmée. D'autant plus que la visite de ce centre n'est pas ouverte au public, mise à part pour les abonnés du club. Mais j'ai eu la chance de profiter d'une soirée privatisée où même les espaces non-accessibles aux abonnés du club m'ont été ouverts.

*Claire
Le Bar à Voyages*

Ah j'entends déjà mon petit frère pro Aviron Bayonnais, mon frère aîné toulousain de coeur et mon père fervent supporter de l'ASM Clermont Auvergne me dire que l'UBB n'est pas la meilleure équipe. Il est vrai que l'UBB a terminé en bas du classement du Top 14 de la dernière saison. N'empêche que le centre de l'UBB est l'un des plus beaux de France et que 6 joueurs de l'UBB ont été sélectionnés pour la coupe du monde au Japon, Alors, avantage en cours pour l'UBB !

UN PEU D'HISTOIRE

En 2006, le Club Athlétique Béglais Bordeaux Gironde (CABBG) et l'Union Stade Bordelais (USB) fusionnent pour donner naissance à l'Union Bordeaux Bègles (UBB). Cinq ans plus tard, le club entre au Top 14 et s'y maintient. Même si les performances ne sont pas toujours celles attendues, l'UBB est un club soutenu et aimé par son public. C'est d'ailleurs le club français ayant la plus forte affluence de supporters, et ce, depuis 6 saisons. En 2015, il devient même le premier public en Europe

devant une célèbre équipe anglaise ! La Gironde est belle est bien une terre de rugby, n'en déplaise à mes frères et à mon père.

VISITE DU CENTRE DE PERFORMANCE... ET DE TORTURES !

En 2018, un centre de performance entièrement neuf ouvre ses portes. Implanté à côté du stade André Moga à Bègles, il est baptisé CEVA Campus. CEVA, laboratoire pharmaceutique pour la santé animale, est l'un des partenaires principaux du club.



• Présentation du centre

Le centre fait environ 2 000 m². Tels les avants d'une équipe de rugby, le bâtiment se compose de 3 «lignes» : le rez-de-chaussée est dédié à l'entraînement et aux soins des joueurs, le second étage accueille les bureaux administratifs du club et les salles de réunions. Quant au dernier étage, il se compose du réfectoire, de la salle de debriefing, de la «salle de vie» où les joueurs peuvent se détendre et se reposer entre les entraînements et d'une terrasse panoramique.

La salle de vie comporte un billard, une TV, des consoles de jeux, une table de ping pong et de grands canapés. Cette salle sera prochainement décorée par les joueurs pour qu'ils s'approprient les lieux. Et sur ce coup là, Valérie Damidot peut botter en touche ! ;-)

Le CEVA campus comporte aussi un centre d'études ouvert aux 17/23 ans, proposant des parcours allant du Bac+2 au Bac+5. Les étoiles montantes du rugby séjournent à l'internat attenant. Chaque année un peu moins de 15 jeunes intègrent le centre et suivent des cours dispensés par des professeurs qui se déplacent au centre. Afin de combiner sport et études, ils profitent des mêmes infrastructures sportives que les joueurs pro. Ce centre d'études a été le premier à obtenir l'agrément du Ministère Jeunesse et Sports en 2002. Il est aussi classé numéro deux au niveau national par la Ligue Nationale de Rugby en 2019.

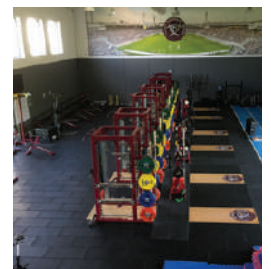
Côté déco, les portraits des joueurs aux 100 matchs sous les couleurs de l'UBB habillent la



cage d'escalier, tel un hall of fame. 8 joueurs font partie du très select club des cent. Le long des couloirs, c'est une rétrospective colorée avec tous les maillots des joueurs. Le hall d'entrée retrace quant à lui l'histoire du club avec photos, palmarès et slogan : «notre force vient du coeur». Il y a aussi des écrans TV un peu partout qui diffusent des infos internes, les plannings, les RDV des joueurs et même des mots d'encouragements.

• Les équipements sportifs

A l'extérieur, le club comporte un terrain en gazon synthétique et le stade d'honneur en herbe. A l'intérieur, la gigantesque salle de musculation, de gym et de cardio training inclut aussi une piste d'athlétisme pour s'essayer au sprint. Le plateau cardio surplombe la salle de muscu de 600 m² où on imagine très



Photos : Claire / Bar à Voyages



bien une armée de colosses en train de suer et cracher leurs tripes.

Le centre est aussi doté d'un appareil pour courir en apesanteur ! C'est très impressionnant.

• La récupération des joueurs

Un suivi médical personnalisé est assuré pour chaque joueur ainsi qu'un contrôle anti dopage organisé mensuellement. L'équipe médicale se compose de 3 kinésithérapeutes à temps plein, d'un ostéopathe à mi-temps, d'un médecin et de 3 préparateurs physiques permanents.

Pour la récupération après les matchs ou l'entraînement, deux bains sont à la disposition des joueurs. L'eau du premier est à 35°C. Celle du second à seulement 3°C ! Il convient de passer du bain froid au bain chaud avant de retourner dans le froid et d'enchaîner avec un passage au sauna. Il faut souffrir pour être beau... et surtout bon !

• Et les vestiaires, je vous en parle ?

Ahhh les vestiaires d'une équipe de rugby, ça en fait rêver plus d'une ! Mais pas de chance pour nous, aucun joueurs posant dans les vestiaires, ni de shooting de calendrier en cours, la saison rugbystique étant terminée lors de notre visite. Plus sérieusement, dans les vestiaires, chaque joueur a son espace qui lui est propre. Certains le décorent avec des photos de leur famille, des objets personnels ou des stickers de leur pays d'origine. Tiens, j'aurais pu mettre celui du Bar à Voyages dans chaque box ! Deux intendants sont présents au quotidien pour s'occuper du linge de ces messieurs. Dès leur arrivée le matin, tout est prêt et les joueurs n'ont qu'à enfiler leur tenue pour aller s'entraîner. Et l'après-midi rebelote ! Une nouvelle tenue toute propre les attend.



UNE SOIRÉE AU TOP POUR CLÔTURER CETTE VISITE PRIVÉE

Après la visite des infrastructures, nous avons pu nous essayer à la mêlée et au tir de drop sur le terrain synthétique... Mais nous avons été beaucoup plus performants dans le lever de coude et la dégustation des amuse-bouche et mignardises du buffet.






Car quand on voit un maul de mini burgers ou une mêlée de canelés et de fondants au chocolat, on ne peut pas résister. Attention, le plaquage est interdit mais la cuillère est autorisée ! Les passionnés de rugby me comprendront ! ■

Photos : Claire / Bar à Voyages



Le Bar à Voyages est un blog pour les assoiffés de bons plans, conseils pratiques, bonnes adresses, lieux incontournables, anecdotes surprenantes et rencontres atypiques autour du monde. Ce blog a été créé par 3 amies, Claire, Magali et Sophie, amoureuses des escapades en France et passionnées de voyages. Tel un bar de quartier, Le Bar à Voyages c'est le bistrot du coin version 2.0 ! Un lieu virtuel mais convivial où l'on aime se retrouver dans une ambiance décontractée pour refaire le monde, partager, échanger et raconter nos expériences, nos découvertes et nos voyages.

-  Bar à Voyages
-  @BarAVoyages
-  @baravoyages



Le centre offre aussi un caisson de cryothérapie. Seuls trois centres d'entraînement en sont dotés en France. Là, ça ne rigole plus puisque la cabine diffuse une température à -130°C ! Le joueur n'y reste pas plus de 3 minutes, après s'être équipé de gants, chaussons, chaussettes hautes, short, bandeau sur la tête et masque. Le temps passé est décidé en accord avec le médecin et adapté à chacun des joueurs. CEVA campus : un centre de performance... et de souffrances !