

# « Faire au moins aussi bien, voire mieux »



La saison 2022-2023 va bientôt débuter pour les seniors de la JS Allonnes handball.

Photo : JSA Allonnes

Avec deux équipes engagées dans les championnats de D1 et D2, les seniors de la JS Allonnes handball débuteront la saison dans quelques jours. Rencontre avec l'entraîneur Clément Dugas.

## «Le Maine Libre»: Comment s'est passée la préparation d'avant saison ?

Clément Dugas: «Nous avons repris le chemin de l'entraînement il y a environ trois semaines, les joueurs ont principalement effectué un travail physique afin de se remettre en jambes pour la saison à venir. Nous avons également participé à deux tournois de présaison, ce qui nous a permis de peaufiner certains détails et retrouver nos sensations. Durant cette préparation, nous étions

regroupés avec les U19 et nos seniors féminines, malgré les absences, il y avait régulièrement une vingtaine de joueurs.»

## Pouvez-vous nous parler de votre effectif ?

«Malgré quelques départs, notre effectif reste stable par rapport à la saison dernière. Il est composé principalement d'anciens joueurs ayant évolué au niveau régional dans les années précédentes, et de jeunes joueurs qui souhaitent se faire plaisir au niveau départemental. Nous avons rencontré quelques difficultés l'année dernière sur le poste de gardien de but, nous avons donc recruté un jeune joueur qui viendra épauler nos deux anciens cette saison. Notre effectif est assez complet,

il reste malgré tout des possibilités pour ceux et celles qui souhaitent nous rejoindre.»

## Quels seront vos objectifs cette saison ?

«Nous avons terminé la saison dernière troisième de D1 et premier de D2, ces résultats nous obligent à faire au moins aussi bien voire mieux. Notre objectif est avant tout de prendre du plaisir tout en progressant et en gagnant des matchs, je cherche toujours à garder mes joueurs en éveil avec la possibilité pour chaque joueur de l'effectif de pouvoir postuler à une place en équipe A. L'avantage d'avoir un groupe stable nous permet d'avoir des certitudes pour cette nouvelle saison, à nous maintenant de faire ce qu'il faut.»