

# Centre d'Entraînement du Rugby Yonnais

Tu souhaites un enseignement scolaire  
de qualité, te perfectionner au rugby?

REJOINS NOUS.



# 2022 / 2023



# Une structure permettant le développement d'un triple projet



**Sportif**

Le **Centre d'Entraînement de Rugby Yonnais ( CERY )** du **FCY RUGBY** a pour objectif de former les futurs joueurs espoirs du club et d'ailleurs. Nous axons la formation du joueur sur le développement des compétences techniques et tactiques fondamentales, et individuel. Chaque joueur bénéficie d'un suivi physique répondant à deux objectifs : **la protection** et **la performance** .



**Scolaire**

Notre partenariat actuel avec le lycée **Saint Francois d'Assise** (lycée privé général et technologique), établissement neuf tout proche des infrastructures sportives, nous permet de proposer un éventail de formations diversifiées. Au sein du **CERY** , nous veillons à la mise en place d'un suivi scolaire personnalisé en lien avec l'établissement. Des entretiens individuels permettent d'évaluer les points forts et les points à améliorer pour chacun des stagiaires. La posture d'élève est également interrogée, avec pour objectif de viser la réussite de chacun des jeunes.

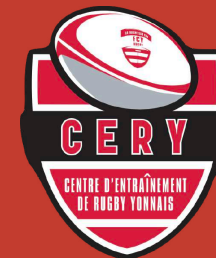


**Humain**

Au quotidien, notre fonctionnement favorise le développement de l'autonomie et de l'initiative, la prise en compte de soi au sein du collectif. Nous attendons de l'adolescent qu'il s'affirme, qu'il exprime ce qu'il est et non ce qu'il faudrait être. Nous attendons de l'adolescent qu'il prenne des responsabilités et qu'il devienne acteur de son environnement (monde associatif et/ou scolaire).

Pour cela, les modalités d'accompagnement se définissent autour de trois dimensions :

**l'individu au service du collectif , le collectif au service de l'individuel , la construction collective.**



# Une structure permettant un suivi individualisé



## Rugby

Le programme sportif du **CERY** propose 2 à 3 séances de rugby par semaine, qui viennent compléter le programme du club (2 entraînements hebdomadaires). La préparation physique est assurée sur le plan musculaire prioritairement avec 1 à 2 séances par semaine en fonction des profils. L'aspect physique de chacun s'étudie tout au long de l'année avec l'équipe de référence, tout comme le travail vidéo.



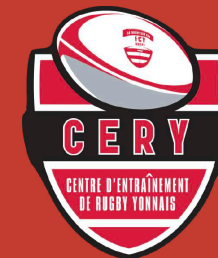
## Médical

L'équipe médicale du **CERY** est composée d'un médecin du sport, d'un kinésithérapeute spécialisé dans les pathologies du sport ainsi que d'une nutritionniste. Les premiers rendez-vous sont organisés par le responsable sportif de la structure afin de favoriser le lien, par la suite, entre l'équipe médicale et l'équipe sportive pour assurer un retour à la compétition dans les meilleures dispositions.



## Projet professionnel

L'équipe dirigeante du **CERY** entretient des liens réguliers avec le lycée **Saint Francois d'Assise**. L'objectif est de mieux connaître le fonctionnement cognitif de l'élève pour adapter les stratégies d'apprentissage, l'aide aux besoins de l'élève et ainsi favoriser sa réussite. Une attention particulière est portée à l'équilibre entre les différents temps (sportif, scolaire, récupération). La préoccupation principale de chacun des dirigeants est d'accompagner l'élève dans la définition et la construction de son projet professionnel.







« Vous ne savez jamais ce dont vous êtes capable,  
jusqu'à ce que vous essayez. »

Raoul BARRIERE

## Contacts :

### FCY RUGBY :

- Tel: 02 51 36 24 38
- Mail: [larochesuryon.fcy.rugby@wanadoo.fr](mailto:larochesuryon.fcy.rugby@wanadoo.fr)

### Lycée St François d'Assise :

- Tel: 02 51 37 04 48
- Mail: [contact@stfrancoislaroche.fr](mailto:contact@stfrancoislaroche.fr)

### Responsable du CERY :

Jeremy Lucon :

- Tel: 06 71 86 80 83
- Mail: [jeremy-lucon@hotmail.fr](mailto:jeremy-lucon@hotmail.fr)

