

SMH BASKET MAGAZINE

FEVRIER 2024

ENTRETIEN AVEC
ARTHUR REVEL

PORTRAIT :
U18 FILLES

OUVERTURE DE LA
BOUTIQUE EN LIGNE

MINI-BASKET : ZOOM
SUR L'ECOLE DE BASKET



0 6 5 1 2 9 4 3 7 8 0 2 4 3

ÉDITION N° 1

SOMMAIRE

07

Zoom sur le Mini-basket

11

Interview
Arthur Revel
Joueur SM1 & Coach U15M1

16

Stages de Février

17

La perf' du mois de
Janvier

18

Portrait
de nos u18F



Le club de Saint-Martin-d'Hères Basketball ne cesse de progresser et a de nombreux projets en cours et à venir. Le club est de plus en plus grand, avec un nombre grandissant d'adhérents, de bénévoles, d'apprentis. Dans ces conditions, il est essentiel d'informer les licenciés des différentes actions menées par le club et permettre à ses principaux acteurs, c'est-à-dire vous, de s'exprimer.

Désormais, vous recevrez gratuitement chaque mois notre magazine dans votre boîte mail. Vous y découvrirez les résultats, les calendriers, des interviews, des photos, des portraits, des jeux, des annonces, des exercices et de nombreuses autres surprises ! En somme, un récapitulatif du mois passé et un aperçu du mois à venir.

Bonne lecture !

L'équipe SMH Basket

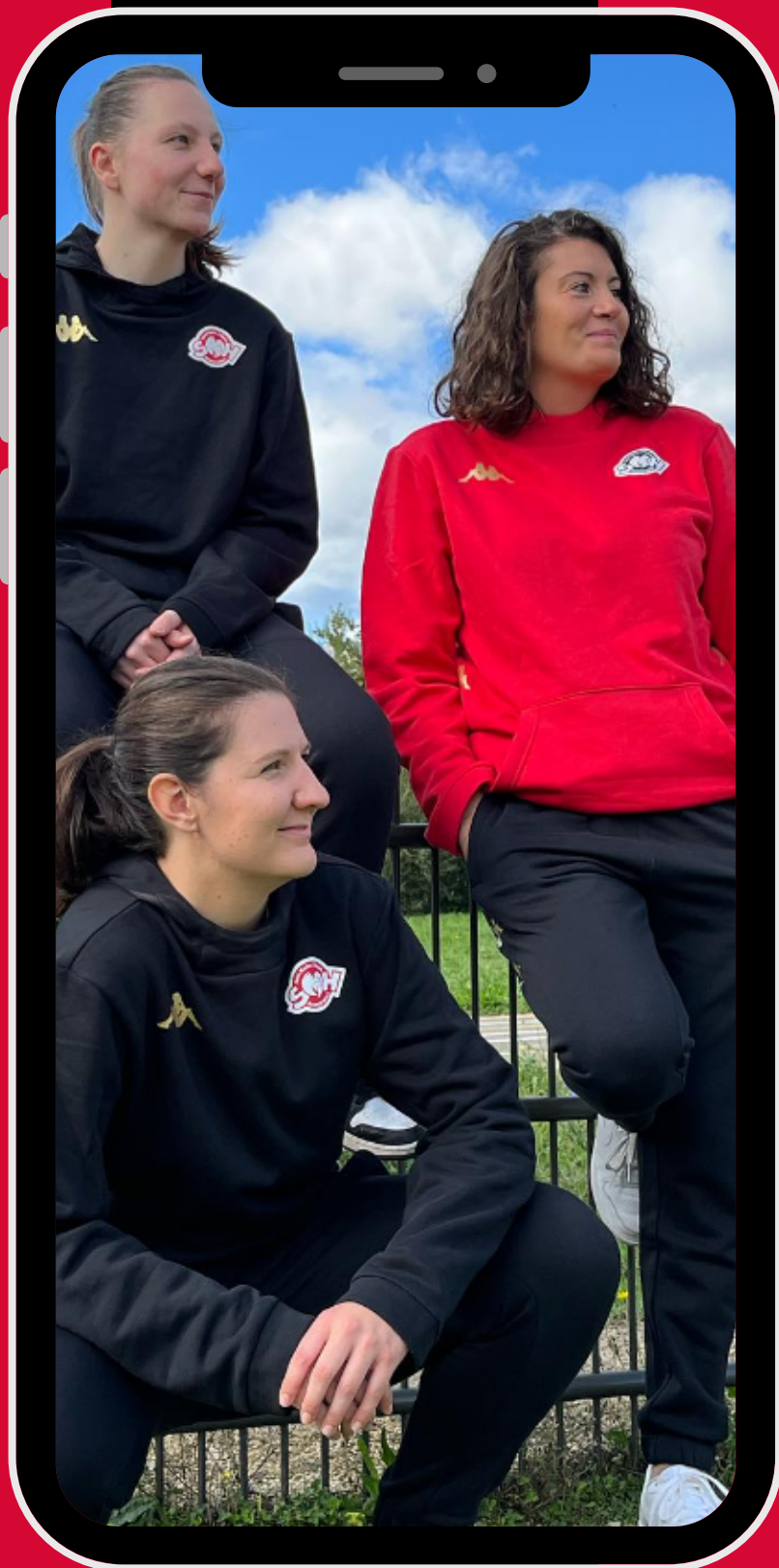
BOUTIQUE EN LIGNE

OUVERTE !



Retrouvez tous nos articles

[ICI](#)



QUELQUES EXEMPLES DU CATALOGUE



**SWEAT À CAPUCHE
GIORDI**

couleurs : rouge, noir
45€



T-SHIRT TEE

couleurs : rouge, noir, blanc
15€



SHORT DUMPO

couleur : rouge
20€



DOUDOUNE VIANETTO

couleurs : rouge, noir
65€



**CHAUSSETTES X3
ELENO**

couleur : rouge
24€



CLAQUETTES KLINTO

couleur : noir
20€

**RETROUVEZ TOUS NOS ARTICLES
EN CLIQUANT**





ZOOM SUR...

L'ÉCOLE DE BASKET

Dans la banlieue dynamique de Saint-Martin-d'Hères, le basketball est une passion partagée par de nombreux jeunes et leurs familles. Au cœur de cette communauté sportive se trouve notre école de mini-basket, un programme dédié à l'initiation et à la formation des jeunes sportifs, sans oublier la dimension sociale.

“Nous voulons non seulement former des sportifs, mais aussi se servir du basket comme outil pour inculquer des savoir-être importants pour la vie en société”, nous confie Lenny Delpech, responsable mini-basket.

Labelisée depuis 2013 “école française de mini-basket”, nous accueillons cette année 72 licenciés, âgé de 4 à 11 ans, encadrés par sept entraîneurs : 4 apprentis ainsi que 3 bénévoles.

Tous se relayent 3 jours par semaine afin de pouvoir travailler avec des groupes assez réduits, que le suivi soit individualisé au maximum, adapté aux compétences et au rythme de chacun.

“Notre objectif, c’est l’épanouissement de chaque enfant à travers le sport. Tout le monde doit jouer, tout le monde doit participer”.

Dernière pièce essentielle de notre école de mini basket : les bénévoles. Pour gérer les 72 enfants, l’aide de nos bénévoles est précieuse. Que ce soit pour les transports, les tables ou le fameux goûter d’après match, nous sommes perpétuellement en recherche de volontaires pour que la vie au club des enfants soient la plus agréable possible. Nous tenons à remercier tous nos bénévoles et serions heureux d’en accueillir des nouveaux !



Afin d'encadrer tout nos futurs basketteurs, le Mini-basket dispose de 3 créneaux : Lundi 17h30 pour les U11, Mercredi de 13h30 à 17h30 s'enchainent U7, U9 et U11, Samedi 9h30-11h.

Chez les U7, beaucoup de jeux basé sur la Motricité & les fondamentaux (tir en course, dribble, gestuelle de tir, ambidextrie, passe). Les enfants sont en général divisés en deux groupes afin que chacun puisse s'épanouir au maximum et à son rythme. Il n'y a aucun plateau U7 sur l'année, cependant nous nous efforçons de proposer des événements exclusifs comme le baby-noël et le baby-pâques.

Chez les U9, la partie basket est un peu plus poussée. Sur les plateaux organisés certains week-ends, notre effectif nous permet d'amener entre 1 et 4 équipes selon les capacités d'accueil des clubs recevant.

Nous en avons effectué 5 pour le moment, et 5 autres nous attendent avant la fin de la saison.

LA LIGNE DIRECTRICE DU MINIBASKET : MOTRICITÉ, MOBILITÉ ET FONDAMENTAUX TECHNIQUES

Enfin du côté des U11, c'est l'initiation à la compétition avec des matchs chaque week-end. Les entraînements réservent une grande part aux fondamentaux, sans abandonner cependant la mobilité. Nous fonctionnons avec 3 équipes : une équipe mixte, une équipe garçons et une équipe filles. L'équipe mixte est, depuis la mi-saison, passé sur les grand paniers aux entraînements afin de les préparer à la suite de leur carrière de basketteurs !



**Bonjour Lenny comment vas-tu ?
Peux-tu te présenter en quelques mots?**

Bonjour, ça va très bien merci ! Pour ceux qui ne me connaissent pas : je suis Lenny DELPECH, salarié en alternance au club de Saint Martin D'Hères Basketball. C'est ma 5e année au club et ma 4e en tant que coach !

Tu es responsable du mini basket, en quoi consiste ton rôle ?

Je dois gérer les créneaux d'entraînement : combien d'enfants, quelle surface nous avons à disposition, répartir les coachs en conséquence. Il faut aussi organiser les week-ends : savoir quelle équipe joue où, quels sont les joueurs et joueuses convoqués, gérer les déplacements si le match est à l'extérieur. Sans oublier les goûters! C'est devenu une vraie petite tradition d'accueillir du mieux possible les équipes adverses avec le mini basket.

Et puis il y a aussi une grande partie relationnelle : il faut créer un climat convivial au sein du club. Que les enfants comme les parents se sentent impliqués au sein du club, c'est important car en tant qu'association nous avons sans cesse besoin de bénévoles ! Pour les tables, les arbitrages, les transports, les événements que nous organisons ainsi que le goûter d'après match qui est géré intégralement par les parents par exemple !

De plus, il est aussi important que les coachs qui interviennent se sentent à l'aise : qu'ils soient encadrés s'ils débutent dans le mini-basket, que les horaires de travail correspondent avec leur planning et pour certains qu'ils soient formés afin d'assurer au maximum la qualité des entraînements.

Explique-nous plus précisément ce que représente le label Ecole Mini Basket ?

C'est un gage de la qualité de notre formation, de nos entraîneurs jusqu'à nos activités en passant par notre matériel au sein de SMH Basket.

Pourquoi cette volonté de t'investir dans le mini-basket?

Tout simplement parce que c'est la base de tout. Je pense qu'aujourd'hui les joueurs et joueuses ont le droit d'avoir une formation de la meilleure qualité possible durant leurs jeunes années. Si nous voulons avoir que ça soit d'un point de vue local comme national les meilleurs athlètes possible, c'est l'étape à ne surtout pas négliger.

Avant d'être au club, tu étais déjà dans le monde associatif avec les Big Bang Ballers. Que dirais tu aux personnes hésitant à s'engager dans le monde associatif ? Peut-être même au sein de SMH basket ?

Ce n'est que du plus ! Vous pouvez venir que sur certaines dates/certaines missions : tenir une buvette ou faire une table par exemple. Ou le faire sur toute une année : s'engager en tant que coach ! Il y a énormément de missions variées, il ne faut pas avoir peur de demander. Et sachez que votre aide sera toujours la bienvenue.

Un dernier mot à ajouter ?

Cela fait 4 ans maintenant que je suis sur le minibasket, et j'ai vu beaucoup d'enfants grandir et évoluer. Je remercie toutes les personnes qui s'investissent pour les basketteurs de demain : dirigeants, coachs, et bénévoles!

“ LES JOUEURS ET JOUEUSES ONT LE DROIT D'AVOIR UNE FORMATION DE LA MEILLEURE QUALITÉ POSSIBLE DURANT LEURS JEUNES ANNÉES. ”

Lenny Delpech, responsable minibasket

MOTS MÉLÉS

Les prénoms de nos jeunes licenciés sont cachés dans la grille. A toi de les retrouver !

Z	E	E	F	J	D	A	M	I	E	N	E
E	P	V	P	X	U	A	R	D	T	Z	S
S	L	M	A	X	I	M	I	L	I	E	N
G	R	F	B	R	A	Z	K	I	P	X	R
A	W	O	L	J	C	D	T	E	Y	V	A
L	B	Y	O	N	L	I	A	M	N	A	H
I	U	D	U	A	A	N	L	M	J	Z	H
C	A	E	A	U	N	A	O	Y	G	L	Y
I	Y	D	H	L	E	T	S	I	M	E	O
A	K	C	T	U	L	D	A	N	I	O	V
M	A	R	I	A	M	A	G	Y	S	N	P
H	D	R	Y	M	A	A	H	L	E	S	S

- PABLO (U11)
- DINA (U1)
- ALICIA (U11)
- LIAM (U11)
- SIMEO (U11)
- LEON (U11)
- DAMIEN (U9)
- MAXIMILIEN (U9)
- ABDALLAH (U9)
- MARIAMA (U9)
- KENZY (U9)
- RYM (U9)

Il y a 5 différences entre ces deux photos de Romain et de nos u11 lors d'un entraînement. Sauras-tu les retrouver ?



INTERVIEW

ARTHUR REVEL





Tu coach également les U15 M1, comment se passe ta saison avec eux ?

Je coach en effet les U15 depuis 2 ans. Cette année j'ai vraiment un bon effectif, avec beaucoup de garçons issus de la formation martinénoise ce qui me permettra d'aller, pourquoi pas, chercher le titre départemental en fin de saison, c'est d'ailleurs l'année parfaite pour avoir cet objectif puisque les finales se joueront à Colette BESSON. Nous sommes pour l'instant invaincus et premiers de notre poule. Ceci étant dit, la progression de mes joueurs est l'objectif principal de cette année, arriver à les faire tous évoluer baskettement parlant mais aussi en tant que personne approchant l'âge adulte.

Pour finir avec le tour de tes rôles au club, tu es depuis peu en service civique. Quelles sont tes missions ?

Je suis en charge de tout ce qui concerne le côté administratif du club avec mon tuteur Alexandre PAYERNE. Je m'occupe aussi d'organiser les tables de marques du week-end, je veille au bon fonctionnement des matchs, et la semaine je m'occupe des préparatifs du week-end, des remboursements...

Bonjour Arthur, peux-tu te présenter en quelques mots ?

Salut ! Je m'appelle Arthur REVEL, j'ai 19 ans, je suis étudiant en STAPS en 3ème année pour devenir prof d'EPS et je joue pour les Seniors 1 et les u20 au poste de meneur.

Raconte-nous la naissance de ta passion pour le basket, et ton parcours en tant que joueur.

Mon professeur de CM2 était joueur de basket dans ma ville natale de Saint-Paul, sur l'île de la Réunion, et il m'a demandé si je voulais venir faire un essai. J'étais alors footballeur. Dès la première séance, ça m'a tout de suite plu donc j'ai pris une licence l'année d'après, à l'âge de 9 ans. Au niveau de mon parcours, j'ai fait le Pôle Espoir de la Réunion mes 2 années U15, j'ai été en sélection en U13, U15 et U17 venant à chaque fois en France pour faire des tournois internationaux. J'ai d'ailleurs fini meilleur joueur du TIC en U15. J'ai ensuite effectué des tests pour intégrer un centre de formation un peu partout, sans réussite. Et me voila ici à SMH !

Justement, comment es tu arrivé à SMH ?

Je suis venu ici pour mes études STAPS, mon frère étant déjà là.

Tu es très jeune, 19 ans, pourtant tu es un joueur majeur de l'équipe à un poste (meneur) avec une forte responsabilité. As-tu eu l'habitude d'évoluer dans les catégories supérieures ? Comment as-tu géré ça tout au long de ta carrière ?

Tout au long de ma jeune carrière, j'ai eu la chance d'évoluer dans les catégories supérieures, et donc d'être surclassé à chaque fois. J'ai donc toujours fais des entraînements avec les catégories supérieures me permettant d'avoir le niveau que j'ai actuellement. C'était pas simple au début, surtout d'un point de vue physique, étant meneur de petite taille. J'ai du trouver d'autres qualités qui me permettent aujourd'hui de pouvoir jouer à ce niveau là et d'être performant sur le terrain.

Tes parents sont également des bénévoles impliqués au club.

Mes parents m'ont toujours accompagné dans tout ce que je faisais et je les remercie pour ça, j'en suis très reconnaissant. Ils sont effectivement impliqués dans la vie associative du club en aidant aux manifestations, aux buvettes...

Quelles sont tes équipes préférées ?

Les San Antonio Spurs, pour le beau jeu de l'époque Parker, Duncan et Ginobili, et l'ASVEL, pour la culture de la gagne et mon papa, qui est Lyonnais.

En dehors du basket, que fais-tu ?

Je pratique aussi beaucoup le tennis et le padel, un peu de football et je consacre beaucoup de temps aux cours.

Un dernier mot pour nos lecteurs ?

Je suis encore jeune, j'ai encore beaucoup de choses à faire et à prouver... On se retrouve bientôt !

"LA PROGRESSION DE MES JOUEURS EST L'OBJECTIF PRINCIPAL DE CETTE ANNÉE, ARRIVER À LES FAIRE TOUS ÉVOLUER EN TANT QUE BASKETTEUR MAIS AUSSI EN TANT QUE PERSONNE APPROCHANT L'ÂGE ADULTE."

ARTHUR REVEL



ARTHUR TE PARTAGE SA ROUTINE DE DRIBBLES



**50 DRIBBLES À HAUTEUR DE
GENOUX DE CHAQUE MAIN**



**50 DRIBBLES ENTRE LES JAMBES
DE CHAQUE MAIN**



100 DRIBBLES DANS LE DOS



**50 DRIBBLES IN AND OUT DE
CHAQUE MAIN**

CLIQUEZ CI-DESSOUS POUR VOIR LA ROUTINE EN VIDÉO



AGENDA du mois

FÉVRIER



Jeu 8

TQO : ÉQUIPE DE FRANCE (F) VS PORTO RICO



Sam 10

TQO : ÉQUIPE DE FRANCE (F) VS CHINE



Dim 11

TQO : ÉQUIPE DE FRANCE (F) VS NOUVELLE-ZÉLANDE



Dim 11

MATCH RM2 VS LES FALCONS DE PUSIGNAN - 13H30
MATCH NF3 VS ROQUEBRUNE - 15H30



Mer 14

SAINT-VALENTIN



Sam 17

COUPE D'ISERE : 1/8 DE FINALE

Dim 18



Lun 19

NBA : ALL STAR WEEK-END

Ven 24



Lun 19

SEMAINE 1 DE STAGE : MULTI-ACTIVITES

Ven 24



Ven 23

ÉQUIPE DE FRANCE (H) VS CROATIE



Lun 26

ÉQUIPE DE FRANCE (H) - BOSNIE-HERZEGOVINE



Lun 26

SEMAINE 2 DE STAGE : PERFECTIONNEMENT

Ven 1



STAGE DE BASKET

VACANCES FÉVRIER

DU 19 AU 23 FÉVRIER
(1ère semaine)



Multi-activités

U9 à U13
3 activités extérieures



75 €

STAGE DE BASKET

VACANCES FÉVRIER

DU 26 FÉVRIER AU 1 MARS
(2ème semaine)



Performance

U15 à U18
1 activité extérieure



75 €

En raison de travaux durant les vacances sur les gymnases Besson & Boy, le nombre d'entraînement sera réduit durant ces deux semaines. Cependant, le club a fait le maximum pour vous proposer le stage habituel. Ce dernier s'étalera sur deux semaines avec des effectifs moins nombreux qu'à l'accoutumée. La pratique aura lieu au gymnase Voltaire la première semaine, et Langevin la seconde.

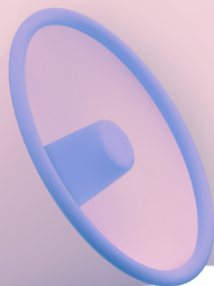
Les permanences sont ouvertes pour les inscriptions aux horaires suivants :

Lundi 17h30-19h

Mercredi 14h-16h

Vendredi 17.30h-19h

Hors vacances scolaires



LA PERF'

JANVIER

23

POINTS
VS
BAVONNE

**DOS SANTOS DEFAUX
PAUL-ÉTIENNE**





PORTRAIT

U18 FEMININS

Après une saison 2022-2023 aux résultats timides mais axés sur la progression individuelle, l'équipe U18 filles a été quelque peu modifiée. Tout d'abord, quatre filles montent de la génération U15 championne d'Isère : Lya, Naila, Noa et Serena. Ensuite, quatre recrues vont s'ajouter au groupe : Anissa, Anna, Noémie et Paloma. Enfin, l'entraîneur de la saison précédente, Lenny DELPECH prend en charge l'équipe Sénior 3 Filles, et c'est donc Sephora KRAOUCHI, alors entraîneuse de l'équipe U15 2, qui prend la tête de l'équipe.

Originaire du Lyonnais, notre jeune coach va très vite créer un lien fort avec son équipe, s'investissant

autant sur le terrain qu'en dehors. Les résultats suivent cette bonne dynamique : en phase 1, les filles ne perdent qu'un match, contre Saint-Pierre-de-Bressieux (37-31), le premier de la saison. Hormis ce faux pas, deux victoires pour les rouges et blanches contre Sassenage (71-26) et Bavonne (51-36) qui finissent donc deuxième de la poule, décrochant ainsi la montée en D1.

La phase 2 est plus compliquée, pourtant le bilan restera positif pour un promu : 2 Victoire pour 3 défaites et une 4ème place synonyme de maintien.

"On a connu des matchs très éprouvants, physiquement comme mentalement, mais on a su garder le cap et

continuer à travailler pour prouver que l'on mérite notre place dans cette poule", précise Sephora.

La phase 3 a débutée il y a peu, et après une lourde défaite contre Saint-Agnin (43-75) les filles ont signé une magnifique victoire à Gières (55-61). Un match tournant dans la saison pour la coach: "Ça a vraiment été dur lors de notre dernier déplacement à Gières, et sur ce match on a réussi à imposer notre jeu et montrer ce dont on est capable. Je suis fière d'elles". En effet, défaites sur ce même terrain lors de la phase précédente (56-49), les filles avaient une revanche à prendre. On espère qu'elles vont continuer sur cette lancée !

SPONSOR

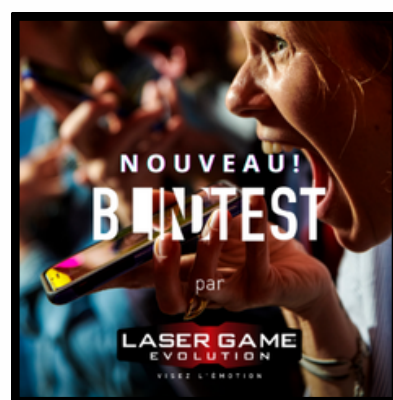
/ LEADER MONDIAL DU JEU 100% LASER /

LASER GAME EVOLUTION

SAINT-MARTIN-D'HÈRES

Notre partenaire depuis plusieurs années, avec qui nous travaillons notamment sur les stages de vacances scolaires, Laser Game EVOLUTION, élargit ses offres de prestation avec le Blindtest à reconnaissance vocale ! En plus des habituels Laser Game, Karaoké, Anniversaires et Quiz, vous pouvez désormais réserver en famille ou entre amis pour un blindtest endiablé !

Retrouvez notre partenaire sur son site
<https://saint-martin-d-heres.lasergame-evolution.fr/blind-test/>
ou directement par téléphone au 04.76.17.08.50



29 RUE DU CHAMP ROMAN, 38400 SAINT-MARTIN-D'HÈRES

Suivez-nous !



Smhbasketball



Smhbasket



Saintmartindheres-basketball.fr

