



Christophe Gignoux, un entraîneur vélizien engagé et bienveillant

## AKTUALITÄT

SPORT

Mittwoch, 8. juni 2022

# Christophe Gignoux, un entraîneur vélizien engagé et bienveillant

Habitué des compétitions en Coupe de France, le passionné de Volley-Ball est très discret quand il s'agit de parler de lui. Seul le collectif prime. Portrait d'un sportif engagé pour la réussite de son club.

Petit, on le décrit comme courageux face à l'effort. Il veut courir vite. Un but qu'il atteint avec une certaine aisance. Influencé par sa mère, joueuse de volley-ball, Christophe Gignoux s'inscrit dans un club à l'âge de 10 ans. Il suit une scolarité classique et alors qu'il prépare son bac scientifique, il se questionne sur son avenir. Il change de cap et décide de faire de son activité loisirs son métier. Dans ce but, le sportif intègre les Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS). Durant les vacances scolaires et les mercredis, il travaille comme moniteur sportif dans les écoles véliziennes.

Au départ, il saisit cette opportunité pour se faire de l'argent de poche et être indépendant. Cette expérience se révèle être le début d'une grande aventure. Il y découvre la réalité du terrain. « J'y mettais tout mon cœur, il y avait une super ambiance », se remémore-t-il avec nostalgie. C'est à ce moment-là qu'il fait la connaissance de membres de L'AS Volley-Ball de Vélizy et rejoint le club.

### Plus qu'une passion, une famille

Entraîneur depuis 1991, Christophe fait partie des anciens du club. Un esprit familial auquel il est très attaché. « Quand je pars pour un tournoi ou un championnat, ça dépasse le cadre du sport. Je suis la maman, le papa, le coach. » souligne l'entraîneur, donnant des exemples : « N'oublies pas de te brosser les dents, tu dois être prêt à telle heure? ».

### Bâtir un collectif

Le passionné de volley compare une équipe à un puzzle. En début de saison, il écrit une ligne directrice et en milieu de saison, il crée une stratégie sur mesure

en prenant en compte les forces et les faiblesses de chaque joueur. « La magie d'un collectif, ça ne s'explique pas », affirme-t-il. L'importance est dans l'écoute et la bienveillance. Pour que l'équipe sorte victorieuse, elle doit former un tout. Il faut jouer avec la même intensité sinon l'adversaire profite de l'instant de relâchement pour s'immiscer dans la faille. « Ce qui est beau, c'est l'échange. La réussite en elle-même, c'est du bonus. » ajoute-t-il.

### **Une pratique au cas par cas**

Après plus de trente ans de carrière, Christophe continue de réviser sa méthode. Le cours didactique, très peu pour lui. Il adapte ses séances en fonction des profils. Au club, il sait se montrer exigeant avec les jeunes qu'il encadre. En tant que formateur d'éducation physique et sportif au CFA d'Argenteuil où il travaille depuis sa sortie d'école ou encore au collège Saint-Exupéry où il intervient chaque semaine avec la Section Sportive Volley, l'entraîneur est plus souple. L'objectif est de leur prouver que le sport est une source de bien-être, essentielle pour avoir une bonne hygiène de vie. Les publics qu'il coache ont des attentes très différentes. Si sa pédagogie peut varier selon le profil des joueurs, sa philosophie, elle, ne diffère jamais. La persévérance et le respect sont des valeurs qu'il transmet à chacun.

### **Le goût pour l'effort**

Modeste lors de notre rencontre, Christophe ne s'étend pas sur les belles victoires qu'il a partagées avec le club : Coupe de France en 2011, 2014 et tout récemment avec les M13 masculins qui terminent 7<sup>e</sup> de France de leur catégorie sur 136, qualifiant ainsi les Véliziens parmi les meilleures équipes nationales ! Lors des phases finales, après l'élimination en 1/4 de finale, l'entraîneur a pris la décision de faire jouer les remplaçants sur les matchs de classement pour récompenser leurs efforts fournis au cours de la saison. Un choix qu'il assume sans détour : « Certains joueurs ont des facilités. C'est parfois frustrant de privilégier les meilleurs.

À partir du moment où les chances d'atteindre les premières places du podium s'éloignaient, il était important de passer le relais à ceux qui n'avaient pas pu prendre part au jeu. Ils ont travaillé leur technique et l'ont mérité. J'ai donc réuni l'équipe dans les

vestiaires pour leur expliquer. Dans le feu de l'action, nous avons tous été épatés par leur combativité. C'est super encourageant. »

Voir évoluer son équipe et gravir les étapes en championnat et en Coupe de France lui offre une satisfaction qu'il peine à décrire. Le coach sportif vélizien aspire à ce que chaque année, une ou plusieurs équipes jeunes du club, puissent participer à des phases finales de Coupe de France et que cela devienne une norme.