

**ISSOIRE  
RUGBY**

LE  
**PARCOURS**  
D'EXCELLENCE

« FORMER POUR PERFORMER »  
DEPUIS 1910



## LE PARCOURS D'EXCELLENCE

### OBJECTIF

PERMETTRE AUX JEUNES JOUEURS DE CONCILIER DES ÉTUDES DE QUALITÉS AVEC UNE PRATIQUE DU RUGBY INTENSIVE

Installée en Fédérale 1, l'Union Sportive Issoirienne est un club familial avec une identité de jeu et une **formation reconnue** au niveau nationale permettant à ses meilleurs éléments d'accéder régulièrement au groupe **FÉDÉRALE 1**.

Pour cela, le club met en place un **parcours d'excellence** qui permet aux joueurs d'allier leurs objectifs rugbystiques et professionnels en leur proposant un **parcours individualisé et aménagé**.



## LES 3 ÉTAPES DU PARCOURS

**LE CEL ÉLITE** regroupe tous les joueurs à très fort potentiel des années U19/U20/U21/U22.

**L'ACADÉMIE** regroupe les joueurs (fille & garçon) à « potentiel » des années U16 (cadets), U17 (juniors) et U18 (juniors). Elle est composée des stagiaires de la Section Sportive du Lycée Murat et du Centre d'Entraînement Labellisé.

**LA SECTION COLLÈGE** regroupe les joueurs (fille & garçon) à potentiel des années U12 (benjamins), U13 (minimes), U14 (minimes) et U15 (cadets).

FÉDÉRALE 1

**CEL ÉLITE**

U19-U20-U21-U22

**ACADÉMIE**

U16-U17-U18

SECTION LYCÉE

CEL

**SECTION  
COLLÈGE**

U12-U13-U14-U15

## HEURES D'ENTRAINEMENT

Les stagiaires du parcours d'excellence bénéficient d'entraînements supplémentaires.

Le club met en place des partenariats avec différents établissements scolaires afin de permettre l'aménagement des emplois du temps des stagiaires.



## LE SUIVI DU JOUEUR

Le club a pour ambition d'accompagner ses joueurs vers leur plus **haut niveau de pratique rugbystique**.

Pour cela, il met à disposition des stagiaires tous les équipements et accompagnements nécessaires à leur développement sportif et personnel.



## LE SUIVI SPORTIF

Le suivi sportif du joueur se compose du suivi de développement rugbystique (analyse vidéo, évaluation, objectifs d'amélioration...) et physique (état de forme, développement musculaire et cardio, objectifs d'amélioration...).

Ce suivi permet **d'adapter les charges de travail individuellement** afin de respecter la croissance des stagiaires.

Un lien permanent est effectué avec les différents staffs des équipes afin de garantir une individualisation du travail.

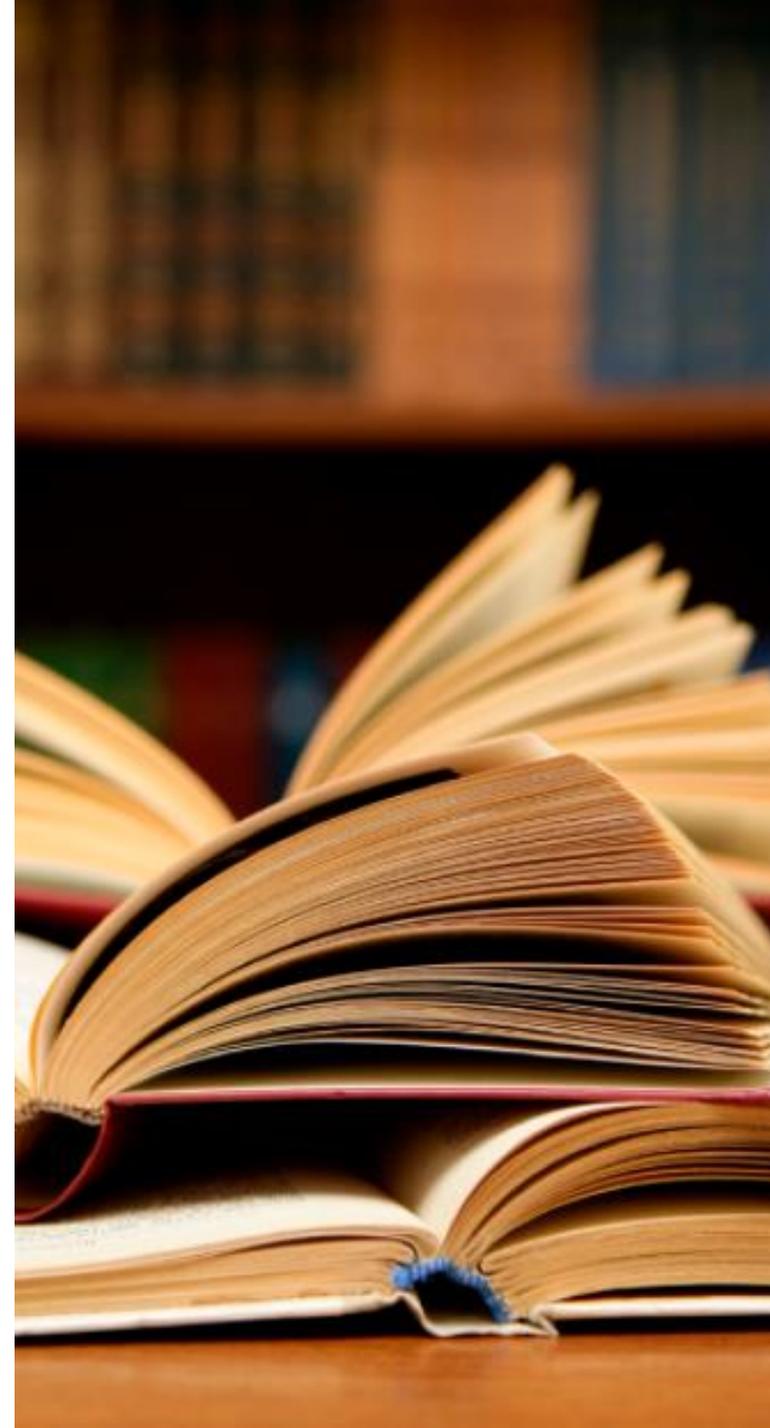


## LE SUIVI SCOLAIRE

Conformément à la philosophie formatrice du club, le parcours du stagiaire est fondé sur le **double projet** (scolaire/professionnel et rugbystique).

En lien avec les différents responsables pédagogiques des établissements, le suivi scolaire et professionnel est assuré par le Responsable du suivi individuel et de formation.

En fonction des résultats, et en concertation avec les différentes parties, des **mesures d'aménagements** peuvent être prises afin de garantir la réussite scolaire et professionnel du stagiaire.



## LE SUIVI MÉDICAL

Le suivi médical est assuré par une cellule composée du médecin et des kinésithérapeutes référant du club afin de **prévenir et de guérir les blessures.**

Des permanences sont assurées toutes les semaines.

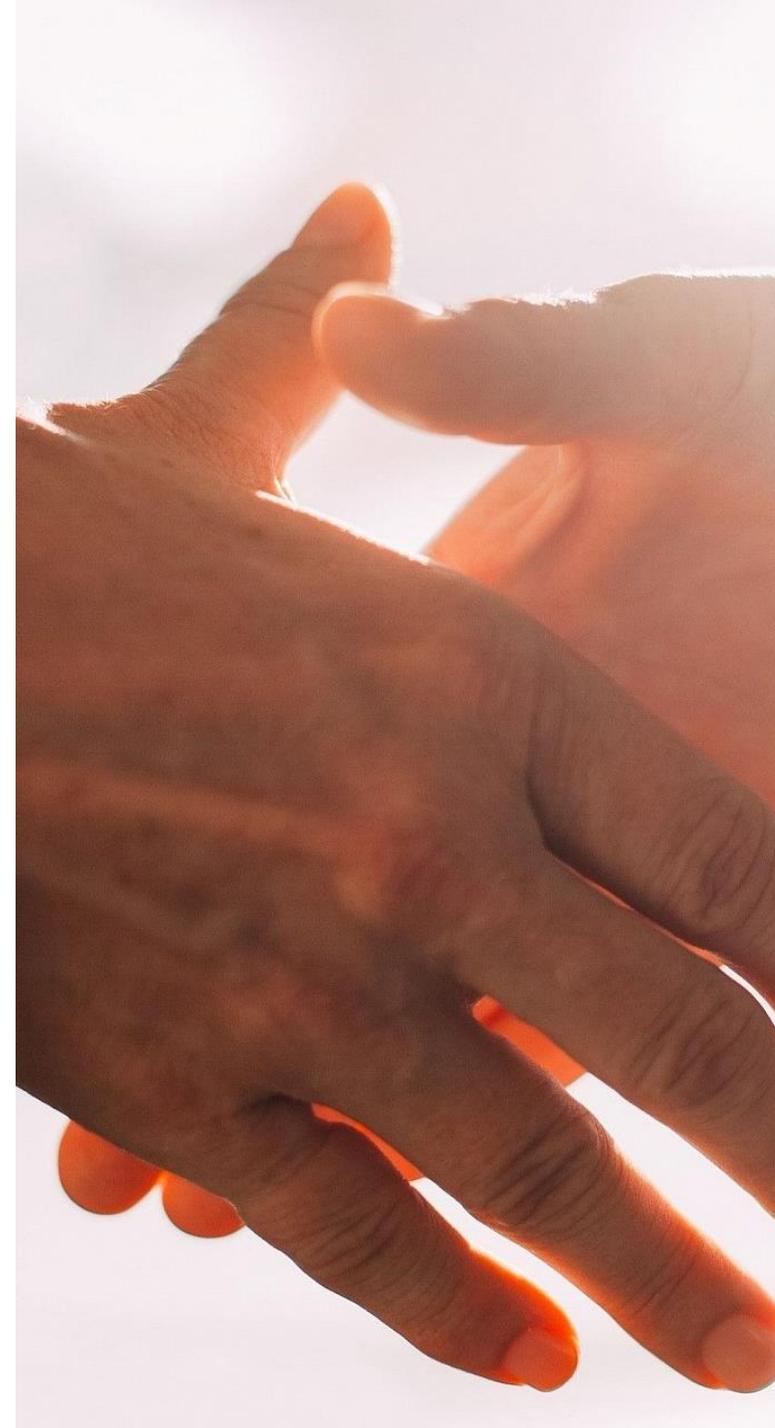


## ÉTABLISSEMENTS PARTENAIRES

Pour garantir des conditions d'apprentissage optimales, le club conclue des **conventions** avec les différents acteurs du développement du stagiaire :

- Enseignement secondaire (Lycée Murat, Collège Verrière)
- Enseignement supérieur (ESC Clermont-Ferrand)
- Salle de musculation

D'autres conventions sont en cours de négociation.



## HÉBERGEMENT

Les stagiaires suivant leurs études au Lycée Murat sont hébergés la semaine au sein de **l'internat** du Lycée Murat.

Pour les joueurs inscrits dans un autre établissement, les situations sont évaluées au cas par cas.



# CEL ÉLITE

U19-U20-U21-U22

Le « Groupe Élite » du Centre d'Entraînement Labellisé de l'US Issoire regroupe tous les joueurs à *très fort potentiel* des catégories U19/U20/U21. Cette étape prépare les stagiaires techniquement, physiquement et tactiquement à **l'accession au groupe FÉDÉRALE 1.**



 <b>SEMAINE TYPE CEL ÉLITE</b>				
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ANALYSE VIDÉO INDIVIDUELLE ET/OU COLLECTIVE	12H - 14H MUSCULATION		12H - 14H MUSCULATION	
	18H30 - 19H15 TECHNIQUE INDIVIDUELLE	18H30 - 19H15 JEU AU POSTE	OFF	18H30 - 19H EXPLOSIVITÉ
	19H15 - 20H30 ENTRAÎNEMENT COLLECTIF	19H15 - 20H30 ENTRAÎNEMENT COLLECTIF		19H15 - 20H30 ENTRAÎNEMENT COLLECTIF

# ACADÉMIE

U16-U17-U18

L'ACADÉMIE regroupe les joueurs (mixte) à « potentiel » des années U16 (cadets), U17 (juniors) et U18 (juniors). Elle a vocation à réunir dans un même groupe d'entraînement les joueurs de la **Section Sportive du Lycée Murat** (filière générale et technologique PUBLIQUE) et les joueurs du **Centre d'Entraînement Labellisé** (filière générale et technologique PRIVÉE, filière professionnelle, apprentissage).

SEMAINE TYPE ACADÉMIE						
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
TERM	1 ÈRE	8H - 17H10 COURS	8H - 17H10 COURS	8H - 17H10 COURS	8H - 17H10 COURS	8H - 17H10 COURS
		17H45 - 19H ENTRAÎNEMENT TERRAIN	17H45 - 19H MUSCULATION	MUSCULATION + ENTRAÎNEMENT COLLECTIF U16	17H45 - 19H ENTRAÎNEMENT TERRAIN	ENTRAÎNEMENT CLUB
		17H45 - 19H MUSCULATION	ENTRAÎNEMENT TERRAIN	MUSCULATION + ENTRAÎNEMENT COLLECTIF U18	17H45 - 19H MUSCULATION	
2 ÈME	17H45 - 19H ENTRAÎNEMENT TERRAIN	17H45 - 19H MUSCULATION	MUSCULATION + ENTRAÎNEMENT COLLECTIF U16	17H45 - 19H ENTRAÎNEMENT TERRAIN	ENTRAÎNEMENT CLUB	
	17H45 - 19H MUSCULATION	ENTRAÎNEMENT TERRAIN	MUSCULATION + ENTRAÎNEMENT COLLECTIF U18	17H45 - 19H MUSCULATION		

# SECTION COLLÈGE

U12-U13-U14-U15

LA SECTION COLLÈGE regroupe les joueurs (fille & garçon) à potentiel des années U12 (benjamins), U13 (minimes), U14 (minimes) et U15 (cadets).

La section est pilotée en partenariat avec le Collège Verrière d'Issoire.

Les stagiaires de la section collège bénéficient de 2 créneaux d'entraînement supplémentaires intégrés dans le temps scolaire.

