



Bienvenue dans la famille ASBA

Le conseil d'administration, les entraîneurs, les athlètes ont fait le constat au cours de ces deux dernières années que le groupe SprintHaies manquait d'encadrants pour un travail suivi et sérieux. La décision a alors été prise avec l'accord du CA et des actuels entraîneurs de ce groupe, Catherine et Dominique, de recruter un nouvel entraîneur.

Une annonce de poste à pourvoir a alors été diffusée. C'est ainsi que **Raphaël Buck**, répondant aux critères de notre annonce, a été recruté.

Il a intégré notre club et notre équipe d'entraîneurs depuis le 1 septembre ! Après une phase d'observation, une réunion a défini la répartition des rôles de chacun des entraîneurs : C'est ainsi que Raphael s'est vu attribuer les athlètes coureurs de 100M, 200M et 400M.





Chaque année, nous découvrons de nouvelles têtes sur la piste en début de saison. Plus rarement dans la catégorie Entraîneur, nous nous posons donc pour vous présenter **Raphaël BUCK**, spécialiste sprints et lancers.

Originaire d'Alsace, Raphaël, 43 ans, est passionné d'athlétisme et a soif de connaître toutes les disciplines.

Sa première licence en main, en 1999, il travaille en tant qu'emploi Jeune à l'Entente Haute Alsace. Après l'obtention de son Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 1er degré, en 2004, il intègre l'Entente Grand Mulhouse Athlé (EGMA) et la ville de Mulhouse en tant qu'éducateur sportif (de contrat en contrat).

Il continue à se former pour être Coach Athlé Santé.

En 2014, il rejoint la région pour un poste à Sèvre Bocage Athlé Club (SBAC). La saison d'après,

son chemin le mène à l'Entente des Mauges, où il partagera sa passion de l'athlétisme pendant 5 ans.

Ses disciplines de prédilection sont les lancers (avant tout) et les sauts. Il accompagne quelques athlètes au niveau national.



Son moteur :

découvrir de nouveaux athlètes et ce le plus tôt possible en collaboration avec les autres entraîneurs, aider les jeunes athlètes à trouver leur discipline, les accompagner dans la performance (les moins jeunes aussi), créer une dynamique de groupe, fédérer pour une meilleure implication et réussite.

Sa méthode :

mettre du rythme par des séances régulières, par des stages réguliers.

Rien n'est laissé au hasard, c'est la progression qui importe.

« Jusqu'où pouvons-nous aller ensemble ? » :

Régional National...

Raphaël a plusieurs cordes à son arc :

Il fait partie de

l'équipe technique Départemental et Régional ;

Il est formateur au niveau de la Fédération ;

Il est le tout frais Président du Comité Athlé 49.

Le défi est de taille :

faire du Département, avec tous les acteurs (clubs, entraîneurs, athlètes, jurys,...) la plus belle vitrine de l'athlétisme !



méthode
National Athlé
Comité Président
ensemble 49 Fédération
séances Régional formateur
équipe Départemental
niveau rythme
stages Départemental
technique

Jeux de Force Écossais

Un petit secret, un signe distinctif ?
Raphaël est méticuleux, perfectionniste, il aime bousculer la patience.
Un passionné ! Pas que d'athlétisme.
Découvrez-le dans son autre passion... en kilt : les jeux de force écossais (à vos recherches pour connaître ce sport).

