



## Enseignement

### Concilier sport de haut niveau et études secondaires : interview d'Antoine, handballeur en internat sportif



28/01/2022

Combiner sport de haut niveau et un enseignement secondaire de qualité, c'est possible ! Aujourd'hui, nous rencontrons Antoine, jeune handballeur de 15 ans, qui bénéficie d'aménagements particuliers dans son école afin de poursuivre ses entraînements intensifs en handball.



### Bonjour Antoine, peux-tu nous expliquer la spécificité de ton cursus scolaire et les aménagements dont tu bénéficies actuellement ?

Je suis actuellement en 3ème secondaire au Collège Sainte-Véronique à Liège et je poursuis en parallèle un entraînement sportif intensif au Centre de Formation de la Ligue Francophone de Handball. Le Centre de Formation accueille chaque année, sur sélection, des jeunes handballeurs de 14 à 18 ans en internat du dimanche au vendredi. Il est également partenaire avec plusieurs écoles, dont le collège Sainte-Véronique, afin de permettre aux sportifs du centre des aménagements particuliers.

Concrètement, plusieurs fois par semaine, l'école nous permet de quitter l'établissement en matinée ou l'après-midi pour qu'on puisse se rendre à l'entraînement donné au Centre de Formation. Les horaires sont aménagés pour qu'on puisse suivre TOUS les cours tout en pratiquant notre sport. En cas de tournoi ou de compétition importante, on bénéficie également d'un droit d'absence.

### En parlant d'horaire, peux-tu nous décrire une journée type ?

Oui, voici un horaire-type d'une journée au centre (cela peut varier) :

- 7h : déjeuner
- 7h30-9h : musculation
- 10h15-15h50 : école
- 17h-19h : entraînement
- 19h : souper
- 20h15-21h : étude
- 21h30 : extinction des feux

### Comment arrives-tu à concilier le sport et les études ?

Les semaines au Centre sont assez intenses mais, pour moi, c'est l'occasion de me donner à fond et de consacrer toute mon énergie aux entraînements et aussi à l'étude. Le week-end, j'en profite pour me reposer et voir mes amis que je n'ai pas l'occasion de voir la semaine. Il y a aussi généralement un match de handball par week-end.

Tout ça demande pas mal d'organisation et de rigueur, mais le fait de pouvoir me consacrer à 100% à ma passion qu'est le handball est une grande motivation. D'autant plus que je n'ai pas droit à l'erreur : une des règles principales du Centre est qu'en cas d'échec scolaire, on ne peut plus poursuivre les entraînements. C'est un sacré challenge, mais qui vaut la peine d'être vécu quand on aime ce qu'on fait !

### Est-ce qu'avec une formation comme la tienne, tu peux te destiner à une carrière de handballeur professionnel ?

Ce n'est pas forcément la direction prise par chaque membre du Centre mais l'entraînement et le perfectionnement en handball qu'on reçoit nous préparent à cette éventualité. L'équipe est vraiment là pour nous former au mieux et mettre toutes les chances de notre côté pour qu'on puisse, à terme, intégrer une équipe professionnelle si on le souhaite.

Une chance avec les aménagements spécifiques dont on dispose, c'est qu'on bénéficie également d'une scolarité « classique », ce qui nous permet de garder toutes les portes ouvertes pour la suite dans le cas où le sport ne serait plus une possibilité.

### Merci beaucoup Antoine pour ce témoignage intéressant ! 😊