



A u c o e u r  
du AHB N°5

**Frédéric, quelle impression te laisse cette année de N1 ?**

Sur l'ensemble de la saison, l'impression générale est bonne même si je ne vous cache que l'on aurait aimé être à la place de St Maur.



**Justement qu'est ce qui a manqué à l'AHB pour monter ?**

Dans un premier temps, il nous a manqué d'y croire un peu. Les joueuses se sont laissées persuader que ce championnat était pour St Amand... que les choses étaient jouées d'avance. Il n'y avait pas de complexe d'infériorité de notre part car les matchs que l'on fait par la suite l'ont démontré. A un moment donné, on s'est un peu démobilisé. Et d'autre part, lorsque St Amand plongeait en mars, on a joué de malchance sur les deux matchs face à la Stella chez nous puis à Colombelles. Notre gardienne Berthe Abianbakon est repartie au Cameroun à ce moment-là et sans Berthe... ce n'est plus la même chose. Dans mes plans, je n'avais pas prévu de perdre à domicile contre la Stella. Avant cela, la CAN nous a affaibli (*Abianbakon, les soeurs Itoua et Kibamba parties avec leurs sélections respectives*) et on a beaucoup puisé.

**EMULITHE**

**seine-saint-denis**  
LE DÉPARTEMENT

**COLAS**

**oparinor**

**ibis**  
HOTELS

**AULNAY-SOUS-BOIS**

**EUROLAM**

<http://www.aulnay-handball.com/>



#### **4ème au final, la satisfaction est-elle au rendez-vous ?**

Oui car il faut reconnaître qu'il y a trois belles équipes devant nous. Metz a survolé la phase retour... méritant amplement sa première place et de surcroît c'est une équipe agréable à voir jouer. Du côté de St Amand, je n'arrive pas à m'expliquer comment les Amandinoises ont pu rater ce championnat. Enfin, la Stella avait de grosses individualités et on n'a pas su faire ni au match aller ni au match retour ce qu'il fallait pour les battre. C'était une belle bagarre au final. 4ème, on aurait pu espérer mieux à un moment donné... mais en même temps c'est bien au vu de la physionomie de la saison.

#### **Le point positif selon toi, c'est quoi ?**

On a réussi à retrouver nos valeurs en ne perdant notamment qu'un seul match à domicile. Et puis, on a surtout préparé l'avenir en intégrant de jeunes joueuses. Trois filles de 17 ans, une de 18 et une de 19 ont joué pratiquement en permanence et ont apporté beaucoup.

#### **Parmi ces joueuses, il y a une certaine Camille Mandret qui par sa précocité a crevé l'écran cette saison ?**

Je ne m'attendais pas du tout à ce que Camille fasse une aussi belle saison. Elle était prévu pour être n°3 au départ... Elle a été la bonne surprise de notre équipe parce que ça n'est pas évident d'entrer en N1 et d'y entrer avec son père à la tête de l'équipe. Elle nous a apporté de la stabilité aussi bien en défense de par son duo avec Aurèle Itoua qu'en attaque avec ses prises de balle. Mais il n'y a pas que Camille, il y a aussi Naomie Gnepoti qui a été énorme en défense. Tatiana Branche a aussi été très intéressante. Au final, elles ont bien pris la dimension du niveau de jeu et de ce championnat. On va s'appuyer là-dessus pour l'année prochaine.

#### **Poste par poste, ton collectif est plus homogène que l'an dernier ?**

Tout à fait, on a réussi à rééquilibrer le jeu car jusqu'à présent, on manquait de performances aux ailes... en étant basé surtout sur l'efficacité de nos arrières. On péchait aussi au pivot. Cette année, on est parvenu à être dangereux partout, notamment devant : l'aile gauche s'est bien comportée avec Tatiana Branche et Marion Bouchez. Notre aile droite a été super efficace avec le duo Kibamba - Daran.

#### **L'année prochaine, tes dirigeants t'ont dit : c'est l'année ou jamais pour monter... on est dans cet ordre là ?**

Non, pas du tout... parce que je suis avant tout chez moi ici (rires). On avait de l'appréhension cette année lorsqu'à un moment on était un peu distancé. Et on a craint un peu pour notre projet étant donné le changement de municipalité. Mais les élus nous ont rassuré. On va vers un peu plus de moyens, travailler de façon plus sereine et on tend aussi à se rapprocher du Blanc Mesnil. D'une manière générale, on a toujours été vigilant avec les dirigeants... se dire de ne pas brûler les étapes. Ca n'était que notre seconde saison en N1. Depuis que j'ai repris l'équipe, on est toujours monté en trois temps. La saison prochaine, on va essayer de faire en sorte que ce soit la bonne... et puis, si ça ne l'est pas, ça nous laissera encore un peu plus de temps pour travailler sur les infrastructures du club.

