



THE GRANGE
CLUB



EDINBURGH SPORTS CLUB
ESTABLISHED 1936

SQUASH ROYAN ATLANTIQUE JUNIOR SQUASH TRIP EDIMBOURG 23 au 27 OCTOBRE 2018



LES MOLDUS AU PAYS DU KILT

Nous voilà de retour de l'Ecosse où nous avons passé 5 jours dans le cadre d'un projet international jeunes mis en place dans notre club depuis 12 ans. L'idée de base reste inchangée : trouver un club à l'étranger et s'entraîner avec des jeunes du club et leur coach. Cette année, direction Edimbourg pour un stage au berceau de Harry Potter, à Edinburgh Sports Club et à Grange Squash Club. Au menu : des entraînements avec les jeunes écossais ainsi que des visites culturelles et sportives. Voici le récit de l'aventure raconté principalement par nos rédacteurs en herbe :

J1

Belle journée encore pour notre départ vers Edinburgh. Vol direct de Bordeaux, c'est top ! Un coucher de soleil magnifique côté mer et le lever de la lune côté terre. Un spectacle insolite, toutes les couleurs y passent... C'est trop beau ! Notre Francky est aux anges ! Transfert au Guest House situé au centre d'Edinburgh. Quelques problèmes d'intendance à l'arrivée au *Gilmore Rooms* mais tout rentre dans l'ordre rapidement et le coach se sent toute de suite chez lui car l'hébergement a le même nom qu'une grande star du surf (les initiés reconnaîtront). Dîner rapide au chinois du coin - les jeunes demandent des baguettes mais le regrettent par la suite.

Jenny

J2

Départ à 8H30 de l'auberge pour prendre le bus vers le **Edinburgh Sports Club**. On s'est perdu un petit peu mais enfin on est arrivé. Ce club construit en 1936 est un grand complexe sportif consacré aux sports de raquette - 7 courts de squash dont un réservé pour le tennis de table, 2 courts de padel et un court de Big Double Squash - le *hardball* - unique en Europe selon les dires. Le club est fier de ses 650 membres tous sports confondus et plus de 80 jeunes qui s'investissent dans le squash à tous niveaux. Kevin Moran, qui a organisé le projet côté écossais, nous présente les deux coachs - Ross et Stuart - qui sont très gentils. Les groupes se font par niveau de jeu. D'abord un échauffement puis un travail sur la régularité combative permettant aux coachs de juger le niveau de chacun. En fin de matinée, une initiation aux doubles, une découverte qui plaît beaucoup.

Camille et Jenny

Après avoir déjeuné au restaurant du club avec des mamies et papys, nous sommes partis nous balader le long de la *Water of Leith*, très jolie et très agréable promenade bordée d'arbres aux couleurs de l'automne. Nous avons pu visiter un des plus beaux quartiers d'Edimbourg : Dean Village. Ensuite, nous sommes retournés au club de squash pour prendre nos sacs, restés là-bas le temps de la balade. En fin d'après-midi, nous avons pris un goûter chez Starbucks, café tendance car certains trouvaient le repas de midi loin. Puis, nous nous sommes posés à l'auberge avant de repartir dîner dans un restaurant spécialisé dans les burgers - trop bon et non, pas MacDo !

Anna et Mathéo

J3

Départ matinal pour le club. Après l'échauffement, entraînement squash basé principalement sur la technique et la stratégie de jeu. Des exercices pour améliorer la volée puis des matchs. En fin de matinée, découverte d'une nouvelle discipline pour la plupart des Français, le *padel*. Vu l'intérêt grandissant de ce sport, le centre s'est doté de 2 terrains à l'extérieur dont 1 couvert. C'est une activité très ludique qui permet de développer l'adaptabilité, très utile pour le parcours de nos joueurs. Les jeun's ont adoré. Trop Cool !

Camille et Jenny

Après avoir mangé du poulet au curry (pas vraiment écossais mais très bon), nous avons pris le fameux bus 36 (à notre grande déception sans étage) pour revenir dans le centre. Direction The Meadows, grand parc au centre-ville pour une séance de *Shinty*. Sur place, nous avons rejoint deux étudiants, accessoirement membres du club de *Shinty* de l'Université d'Edimbourg. Nous avons fait une initiation à ce sport qui ressemble beaucoup au hockey sur gazon, jeu très rapide et physique. Après plusieurs exercices pour mieux connaître les règles de base, nous avons fait un match. Comme cela coule de source, l'équipe de rêve (Jenny, Charlotte, Diane et moi) l'a emporté haut la main lors de la mort subite - *sudden death* - comme ils disent sur place. Pour se réchauffer, nous sommes allés prendre un café (même moi à mon jeune âge car mauvaise compréhension du menu des boissons) dans un *tearoom* tenu par une famille brésilienne où la plupart d'entre nous avons goûté le *Cheesecake*, une spécialité bien britannique.

Max

De retour au bercail, nous avons écrit des cartes postales à nos partenaires, Après une petite pause, nous avons pris le bus 11 (le premier bus à étage du séjour) pour nous rendre au centre-ville. Evidemment, nous sommes montés en haut pour profiter de la vue. Arrivés à bon port, nous avons traversé des rues sombres où il n'y avait pas grand monde, ce qui nous étonnait pour une capitale. Nous avons décidé de manger mexicain - délicieux ! Ambiance Poudlard assurée dans ce petit restaurant de quartier proposant la bière spéciale Halloween. Puis, visite d'Edimbourg *by night* obligée, nous avons grimpé les marches et ruelles pour accéder au Château perchée sur la colline et pour admirer la vue panoramique sur la ville en contrebas. Trop beau et cerise sur le gâteau, nous avons vu un vieil homme en kilt - chose rare jusqu'à présent.

Charlotte

J4

Aujourd'hui, l'entraînement a eu lieu dans un autre endroit, *The Grange Club* qui se trouve à Stockbridge, quartier très connu car c'est ici que JK Rowling, Edimbourgeoise, venait écrire ses premiers livres sur Harry Potter dans un des cafés. Du club, on aperçoit au loin, un des endroits, *Fettes College*, école privée, qui a soi-disant influencé ses récits. *Grange* est un très vieux club, décor *Old School*, qui date de 1832. Ici se pratique un grand éventail de sports tels que le cricket, le hockey, le tennis sur gazon et évidemment le squash. Après l'échauffement individuel, nous passons aux choses sérieuses - une séance de fitness training (corde à sauter, pompes, boxe ...). Exercices peu habituels pour nos Français mais tous y mettent de la bonne volonté et relèvent le défi. Du respect donc ! Ensuite, les coachs proposent des ateliers pour améliorer la volée et des matchs à défi pour terminer le stage.

Jenny

Après l'entraînement, nous avons déjeuné à Stockbridge dans un café *Costa*. C'était délicieux et nous étions au chaud car en fin de semaine, il commençait à faire froid avec un vent glacial - un vrai temps du nord. Puis, nous sommes rentrés à l'auberge pour déposer nos affaires de squash. Pas de temps de répit, l'après-midi, Jenny nous avait préparé un jeu de piste autour de la ville. Nous avons donc filé directement au point de départ au *Grassmarket Hotel*. Nous étions repartis en deux équipes, le but étant de suivre un parcours dans le centre-ville en anglais en rassemblant des preuves de notre passage dans les différents endroits et en résolvant une énigme finale. Ce jeu de piste d'environ 2 heures nous a permis de mettre en pratique notre anglais de façon ludique et compétitive et de visiter la ville dont le Parlement écossais logé dans son bâtiment avant-garde. Malgré la fatigue de cette fin de voyage, cette activité nous a beaucoup plu et nous avons du plaisir à déguster les chocolats britanniques que Jenny nous a offerts en guise de prix.

Diane

Après une courte pause, direction shopping. Jusqu'à maintenant, nous n'avions pas eu le temps de faire les magasins donc nous étions ravis. Nous sommes passés par les magnifiques jardins faire du shopping à Princess Street, principale artère commerçante de la capitale. Mais après le squash le matin et le jeu de piste ensuite, la fatigue se faisant bien sentir, nous nous sommes posés dans un café pour reprendre des forces. Puis, nous avons fait les derniers magasins encore ouverts car ici l'heure de fermeture est plus tôt que dans les grands magasins chez nous. Tout le monde y a trouvé son bonheur. Faute de restaurants à notre budget dans le quartier, nous avons décidé de reprendre le bus à étage et de dîner aux alentours de notre logement. Nous sommes retournés manger au *Street of Beijing*. Toujours très bon, nous nous sommes régautés. Bonne ambiance et discussions sur le jeu de piste autour de la grande table. Nous ne connaissions pas encore le résultat car Jenny n'a pas eu le temps de vérifier nos réponses. Nous verrons demain. De retour au *Gilmore Guest House*, nous avons profité d'un peu de repos bien mérité.

Macéo

J5

C'est déjà la fin de notre séjour - quel dommage ! Nous aimerions pouvoir rester quelques jours de plus mais toute bonne chose a une fin. Un vrai temps d'hiver pour notre retour en France - ça pique dehors. Réveil difficile pour les jeunes mais on arrive à partir à l'heure. Vol direct d'Edimbourg à Bordeaux - la vue de l'avion est splendide car nous suivons toute la côte de la Bretagne jusqu'à Bordeaux et puis transfert en minibus jusqu'à Royan. Retour sans entrave donc.

Au nom des joueurs, un grand merci à tous ceux qui nous ont permis de réaliser pleinement cette belle aventure que nous espérons poursuivre l'an prochain au pays de Galles.

Jenny Lavaud
Squash Royan Atlantique

SQUASH ROYAN ATLANTIQUE

EDINBURGH SPORTS CLUB

THE GRANGE SQUASH CLUB

JOUEURS

Diane Bigot
Charlotte Chotard
Camille Diet
Mattéo Dugas
Anna Guay
Max Leveque
Macéo Levy

Catherine Edwards
Faye Fulton
Hugo Hemmati
Andrew Hill
Arun Patel
Rory Richmond
Jessica Shaw
Rory Shaw

ENCADRANTS

Franck Dugas
Jenny Lavaud

Stuart George
Ross McHoul