

37 LE CHIFFRE

Sur les 37 dernières rencontres disputées au niveau national (Coupe et championnat) dans son si imprenable Parc des Sports d'Oberkorn, le FC Differdange 03 n'a perdu qu'une seule rencontre. Et bien évidemment, c'était contre... le Fola. Il s'agit même d'une déculottée, qui remonte à la 1^{re} journée de la saison dernière (1^{er} août 2015), un match à sens unique clôturé sur un cinglant 0-3. Autour de cette unique déconvenue, 31 victoires et 5 nuls seulement, pour 91 buts inscrits et seulement 25 encaissés. Autant dire que c'est un authentique exploit qu'avait réussi le club eschois.

Le FCD03 fait 50 % de réduction aux étudiants

Differdange profite de ce match phare contre le Fola pour lancer un tarif préférentiel qui aura désormais cours au Parc des Sports d'Oberkorn: toute personne disposant d'une carte d'élève ou d'étudiant en cours de validité paiera 5 euros au lieu de 10 euros. Il va de soi que les spectateurs n'ayant pas encore atteint l'âge de 16 ans bénéficieront toujours d'une entrée libre.



Dim. 15 h, Parc des Sports d'Oberkorn. Arbitre: M. Bourgnon.
DIFFERDANGE: Weber, Schaab? - Jänisch, Siebenaler, Vandenbroeck, Franzoni, Bukvic?, Bettmer, Bastos, Fleurival, Holter, Mëligner, May, Sinani, Almeida, Caron, Lascak?, Luisi?, Yéyé, Er Rafik.
Absents: Rodrigues, Ribeiro.
FOLA: Hym, Cabral - Bernard, Kirch, Klein, Mahmutovic, Laterza, Muharemovic, Gerson, Sacras?, Bechtold?, Cvjetkovic?, Souto, Camerling?, Bensi, Françoise, Hadji, Lopes?, Klapp. **Absents:** Martino, Mersch, Peiffer.

Le Fola peut les mettre

BGL LIGUE (11^e JOURNÉE) Pour le moment, c'est un championnat à trois équipes. chez lui depuis 16 mois, cela pourrait vite devenir un championnat à deux.

Le 3 août 2015, Differdange s'était littéralement fait gifler à la maison par le Fola, qui sortait d'une élimination en Ligue des champions contre le Dinamo Zagreb. Il avait alors des ambitions et avait perdu une partie de ses illusions. Il préférerait donc que le scénario soit légèrement différent.

De notre journaliste
Julien Mollereau

Hyper important», dit Pascal Carzaniga. Il n'y a pas que trois points à prendre, dans ce choc de la 11^e journée de championnat. Il y en a surtout trois à ne pas perdre. Même deux, ce serait trop: «Un match nul n'arrangerait qu'un seul club et c'est Dudelange», complète le technicien differdangeois.

Puisque enfin cette Division nationale semble partie pour nous accou-

cher d'un vrai marathon à trois plutôt qu'à deux, comme on en a pris l'habitude depuis quatre ans, il se jouera dimanche au Parc des Sports d'Oberkorn le deuxième acte d'une dramaturgie en trois volets. Un mois après Differdange - F91 (0-0) et à deux semaines de Fola - F91, le FCD03, encore une fois à la maison, n'a presque pas le droit de se contenter d'un nul qui pourrait le mettre à six longueurs du champion en titre, si celui-ci fait respecter la logique à Rumelange. Il va devoir prendre les risques en conséquence, mais les mesurer au plus juste car une défaite le mettrait d'office à cinq points de son hôte du jour et déjà reviendrait le doux parfum du mano a mano printanier. Et le FCD03, encore une fois, serait celui qui tient la chandelle...

Incontestablement, le trio de tête est à un premier tournant. «Tous les

matchs sont des tournants», juge pour sa part Jeff Strasser, qui va quand même beaucoup plus loin quand il met un petit coup de pression sur Differdange: «C'est un très gros effectif. Même plus gros que nous.» On en connaît qui vont s'étrangler du côté d'Oberkorn, même s'ils ont aussi le droit de se sentir flattés.

Deux victoires sur les onze derniers matches

C'est que cette saison, le FCD03 s'est encore un peu plus donné les moyens d'aller jouer le titre et qu'on sent bien qu'il a potentiellement le coffre pour créer l'exploit. Si rien ne serait plié pour lui en cas de contre-performance, le rythme du F91 (deux défaites sur les 36 derniers matches de DN) et du Fola (pareil!) depuis un an et demi ne laisse quasi-

ment pas planer de mystère sur le fait qu'ils ne baisseront a priori pas de rythme. Differdange doit donc faire le boulot lui-même et faire perdre des points à ses encombrants adversaires.

Pour ça, il a à régler un manifeste problème de finition («Il va falloir assumer une certaine prise de risques et surtout assurer devant le but», synthétise Carzaniga) et de mise à niveau ponctuelle: il n'a battu le Fola que deux fois sur leurs onze dernières confrontations, des matches qui concernent finalement une grande partie des deux effectifs, qui n'ont pas évolué tant que cela ces dernières saisons. Il y a mieux, au niveau certitudes morales. Pour ce qui est des certitudes mathématiques, Differdange peut gagner petit ce week-end (repasser d'un petit point devant le Fola), mais perdre gros.

Devant ses attaquants, Zitelli s'arrache les cheveux

Le responsable des attaquants du FCD03 redouble d'efforts à l'entraînement pour contrecarrer le manque de réalisme offensif criant des joueurs offensifs. Face au Fola, ça ne pardonnera pas.

La saison passée, après dix journées de championnat, le FCD03 pointait à 23 buts inscrits. Et sur les cinq qui ont précédé, il n'est descendu qu'une fois sous la barre des 20 (19, en 2013/2014). Alors forcément, le voir aujourd'hui plafonner à 18 réalisations malgré un secteur qui n'a jamais été aussi compétitif en théorie, traduit un petit malaise quand même.

Son manque de réalisme par exemple contre le F91, qu'il a bien mis sous pression par moments, colle en effet à tout ce qu'on peut dire de lui depuis le début de saison: créativité plutôt intéressante, sang-froid devant le but à réinventer complètement. Conscient de cette réalité, Pascal Carzaniga a tranché et décidé que la part de travail spécifique devant le but de ses six attaquants (Er Rafik, Luisi, Lascak, Yéyé, Caron, Almeida) ne prendrait pas plus de place dans ses semaines de travail: «On ne va pas casser toutes nos séances parce qu'on est nul devant le but.» Entre les lignes, la répétition des gammes,

des schémas de remontée de balle... prime encore largement. Parce qu'ainsi, Differdange se crée des occasions. En général, beaucoup même. Reste à les mettre au fond et cela, c'est plus le travail que David Zitelli, l'adjoint du coach, doit mener à raison... d'une séance de 20 minutes tous les jeudis soirs.

«L'idéal, ce serait d'en faire plus, reconnaît-il. Mais on ne peut pas séparer tout le temps les attaquants du reste du groupe. Pourtant, on en a parlé, on l'a évoqué.» Il faut dire qu'au rythme où le FCD03 gaspille des occasions de but énormissimes, il finira par le payer bien plus cher que par des matches nuls.

«Ces 20 minutes doivent être leur pic de concentration»

Que travaille Zitelli, donc, après s'être arraché les cheveux sur son banc de touche durant le week-end? Toujours la même chose

pour automatiser les gestes? Ou varie-t-il en fonction des besoins?

«C'est suivant ce qu'on voit le dimanche. On axe sur les centres si on a eu des soucis sur ce point, ou alors sur le travail d'appel de balle... Mais c'est vrai qu'il y a certains réflexes à automatiser. Mais on n'est pas des pros et on ne peut pas leur demander plus que ce qu'ils font. Ces 20 minutes doivent être leur pic de concentration parce que ce moment ne dure pas très longtemps. Reprise, tir, contrôle... tout doit être mémorisé.»

Omar Er Rafik, meilleur buteur du club n'est finalement qu'à cinq buts à l'heure actuelle. C'est-à-dire loin du podium. Autant dire qu'à l'heure actuelle, le potentiel differdangeois est loin d'avoir exprimé tout son savoir-faire et qu'après deux rencontres consécutives (F91, USR) sans marquer, le Fola aura valeur de nouveau test qu'il vaudrait mieux passer...

Quand le Fola veut se mettre au coaching mental

Le club eschois, pour franchir un nouveau palier, a donné à tous ses joueurs la carte de visite de la coach mentale de Gilles Muller pour des démarches individuelles. Et envisage de se lier avec elle durablement.

Marie Lanners, coach mentale spécialisée en performance sportive et psychologue du sport, est déjà intervenue auprès du Bayern Munich, de clubs suisses ou de tennismen du top niveau mondial. Et ce Fola qui n'a pas encore réussi à passer de tour de Coupe d'Europe (au-delà d'un tirage souvent très compliqué), ce Fola qui n'a toujours pas réussi à regagner la Coupe de Luxembourg, se pose la question, aujourd'hui, de savoir comment passer un nouveau cap. La réponse serait dans les têtes des joueurs. Après une présentation de son travail, il y a deux semaines, à tous les joueurs du groupe (dont deux au moins travaillent déjà avec elle), une distribution de cartes de visite a eu lieu afin que ceux qui le souhaitent prennent rendez-vous. Quant au club, ses dirigeants vont se réunir à l'issue des trois dernières rencontres de l'année pour savoir s'il ne faut pas creuser le sillon un peu plus profond et engager un travail collectif. Parole à la psy...

Comment êtes-vous arrivée au Fola?

Marie Lanners: «Ça fait longtemps que je travaille au Luxembourg avec une équipe que je ne peux pas nommer et je m'occupais individuellement de quelques garçons du Fola. Là, récemment (NDLR: le 9 novembre), je suis venue faire une conférence pour expliquer nos méthodes, ce qu'on fait. Vu que toute l'équipe

était là, ça s'est vite transformé en coaching. J'ai donné des tuyaux généraux. Après tout, ils avaient annulé leur entraînement pour venir m'écouter. Donc on a fait du concret.

C'est quoi, du concret?

Je leur ai expliqué ce qu'est la force mentale, les concepts de visualisation, de dialogue intérieur. Mais il s'agissait d'un groupe. Quand on travaille en individuel, c'est une procédure bien spécifique avec étude de personnalité afin de savoir comment un individu réfléchit, agit, utilise ses émotions.

C'est difficile de s'adresser à 25 garçons dont la plupart n'ont jamais eu affaire à ce genre d'approche?

Pas du tout. Je leur ai fait comprendre que la plupart des équipes professionnelles, dorénavant, ont recours à ce genre de préparation. Ils étaient à l'écoute. Il s'agit de choses toutes bêtes: généralement, huit joueurs sur dix ont des pensées négatives du genre «il ne faut pas qu'on perde». C'est cela qu'on doit corriger.

Même si cela a tendance à changer depuis peu, le Fola a souvent été identifié comme une équipe qui faisait de gros blocages contre les équipes du top 4.

Il y a des croyances qui nous programment à l'échec ou à la réussite. Je ne dis pas que c'est le cas ici, c'est vous qui l'avez déduit. Mais nous subissons tous ces croyances et el-

les peuvent être très limitatives. Genre «je ne suis pas bon dans le jeu aérien» ou «on perd toujours contre les équipes fortes»...

Cette analyse des problèmes du Fola contre le F91, Differdange, le Progrès, la Jeunesse... n'était donc pas une simple vision de l'esprit ni une surinterprétation statistique?

On va toujours chercher inconsciemment à se prouver la véracité d'une croyance. Et elle peut s'ancre chez chacun...

Il y a beaucoup de travail dans les têtes du Fola?

Absolument pas. Il n'y a rien de plus à travailler que dans d'autres clubs ou à un autre niveau. Ce sont des problèmes humains.

Les coaches «modernes» affirment souvent avoir principalement un travail psychologique à mener. Jeff Strasser vous semble-t-il être un fin psychologue?

C'est bien pour ça qu'ils ont de plus en plus d'heures de formation à ce sujet. Et nous-mêmes travaillons beaucoup avec les coaches pour savoir comment ils fonctionnent, savoir quelle vision ils ont de leurs joueurs. Quant à Jeff Strasser, je ne suis pas assez présente pour juger, mais je sais qu'il met en pratique ce qu'il a appris et que cet aspect psychologique l'a toujours énormément intéressé. J'ai eu des discussions très intéressantes avec lui.

Avant le match retour contre Aberdeen (1-0), il avait pris des pincettes pour expliquer qu'il était de son devoir de composer avec le décès soudain du père de Thomas Hym, pour en faire une force. Et le Fola avait gagné et était passé tout près de la qualification.

Parce que qu'ils n'ont pas vu ça comme une faiblesse. Ils ont utilisé cet événement tragique pour fortifier l'équipe. Le gardien voulait bien évidemment réaliser un bon match pour son père, mais c'est toute l'équipe qui, émotionnellement, l'a suivi sur ce chemin. Miser sur cet événement, transformer le négatif en positif, c'était important.

Avant Differdange ce week-end, ou le F91 dans deux semaines, bref avant les grandes rencontres, vous intervendez plus?

En général, individuellement, on fait une séance par mois. Parfois, on double quand il s'agit d'un travail émotionnel. C'est selon la demande, mais en général, on ne fait pas des séances de dernière minute. Il vaut mieux travailler sur le long terme, posséder les outils. En dernière minute, on peut juste booster la motivation et la combativité, mais guère plus.

Vous «soignez» quoi?

Certains ont du mal à dormir avant un match important. Les buteurs qui ne marquent plus. Les joueurs qui perdent la motivation à force de rester sur le banc. Voire ceux qui sont blessés et ne peuvent RIEN faire physiquement. Alors on en profite pour travailler le mental, car c'est comme un muscle, aussi important. Il y en a à qui on apprend à se réapproprié un geste qui fait peur à la suite d'une blessure. On voit aussi ceux qui sont en conflit avec un coach, des coéquipiers, qui ont trop d'agressivité. En général, après plusieurs interventions de groupe, un coach voit tout de suite les résultats...

Recueilli par J. M.

