

## Sébastien Minery, le régional Élite de l'étape



Au gré des rencontres de fin du Congrès vendredi, nous avons croisé l'arbitre du Top 14 Sébastien Minery semi-professionnel pour expliquer le contenu des travaux des différentes commissions. Sur le Congrès d'Agen, étaient présents : les membres de la Commission centrale des arbitres, la DTNA, les DTA, les arbitres, les coaches d'arbitres, les arbitres vidéo, les superviseurs, les animateurs, les délégués sportifs. Tous ont consolidé leur formation afin de tendre vers l'excellence.

«Le matin, les nouvelles directives de l'IRB par rapport au maul, le jeu au sol, les phases statiques... qui vont entrer en vigueur dès la rentrée. L'après-midi, la préparation mentale avec Christian Ramos, membre du staff de l'équipe de France. C'est important pour nous de travailler avec ses compétences. Nous avons des contacts avec lui à Marcoussis lorsque nous sommes en stage ou bien individuellement par téléphone.

Les arbitres, nous sommes des humains dans un milieu professionnel mais beaucoup d'entre nous ne le sont pas. Il faut gérer la pression, les matches, la prise de décision. La préparation mentale est importante, la préparation physique aussi. Nous avons chacun un coach -le mien est Eric Darrière- pour bosser dans la semaine car, pendant le match, nous avons un superviseur. Pour les arbitres pros, semi-pro, non pro, il est important de trouver un équilibre. Mon axe est famille-travail-rugby. La famille permet de voir autre chose que le rugby, de relativiser. Nous sommes souvent critiqués. Nous prenons du plaisir à arbitrer dans ce haut niveau qui ne cesse d'évoluer. C'est un honneur. Personnellement, c'est une joie d'avoir été rassemblés ici à Agen.»

*J.-M.L.*