



## Compte-rendu du stage régional Du 23 au 27 août 2015 à Mâcon

### Liste des joueurs :

|                      |                          |
|----------------------|--------------------------|
| FRAJER Mallory       | Elan Nevers              |
| THACH-MONESTIER Loan | Velars                   |
| CHAPEY Maelys        | Elan Nevers              |
| RODRIGUEZ Emma       | Coulanges                |
| DELEGLISE Mathieu    | Ouroux                   |
| FLEURY Clément       | Ouroux                   |
| HEURTIN Flavien      | Bresse-Ping              |
| HEURTIN Célian       | Bresse-Ping              |
| GILLE Nils           | Ent. Frans-Villeneuve TT |
| GILLE Ethan          | Ent. Frans-Villeneuve TT |
| ANDREOLI Luca        | Tonnerre                 |
| LEFLOCH Oscar        | Elan Nevers              |
| LEFEVBRE Alban       | Elan Nevers              |
| RODRIGUEZ Théo       | Coulanges                |
| DAOUST Robinson      | Cosne-sur-Loire          |

### Encadrement :

Bécart Florent, CTL et responsable du stage.

Loyrion Christine, entraîneur Rhône-Alpes.

Guillemin Yoann, CTD 71.

Lefebvre Arnaud, CTD 58.

Aubry Benjamin, Educateur Elan Nevers.

Troncin Erwan, Chevigny TT.

Le deuxième des 2 stages de reprise avait lieu à mâcon du 23 au 27 Aout.

2 groupes sont constitués :

- Groupe 1 : Stage préparatoire aux Eurominichamp's, qui se déroulaient dans la continuité du stage (28 au 30 août). Les joueurs concernés sont : Deléglise Matthieu, Heurtin Flavien et Gille Ethan. Le groupe est complété soit par Mallory Frajer et/ou Oscar Lefloch (selon les séances) et encadré par Christine Loyrion et Yoann Guillemin.
- Groupe 2 : Stage de reprise début de saison.

## **Compte-rendu groupe 1 :**

Objectifs du stage :

*Préparation à la compétition des EMC*

Organisation :

3 Joueurs EMC + intégration sur chaque séance de 1 à 3 joueurs du stage de reprise

Travail principal:

*\_ Gestion de l'échauffement :*

Principes d'échauffement, gestion du temps et de l'environnement

*\_ Travail sur le placement balle :*

Avec cibles. Priorité aux petits côtés au ventre pongiste et à la profondeur. Démarrage en ligne. Dans un premier temps travail effectué au panier, dans un deuxième temps à partir d'un service.

*\_ Services préférentiels :*

Témoin de hauteur du filet pour évaluer la hauteur du service. Recherche de qualité de l'effet et du placement de balle à l'aide de cibles. Evaluation avec un Top 4 de service remise.

*\_ Schéma de jeux préférentiels :*

En liaison avec le travail de service, mise en place de schéma de jeu préférentiel avec ou sans incertitudes.

*\_ Compétitions :*

Mise en place de différents systèmes compétitifs. Gestion des fins de sets, importance du service et du retour...

*\_ Travail de réflexion sur leur pratique, la confiance en soi et la gestion des émotions*

Mise en place de feed back après chaque séance ou chacun s'exprime sur sa prestation et son ressenti, Suivi d'une discussion avec les entraîneurs afin de les sensibiliser sur leur attention, leur concentration, et leurs émotions.

*Loyrion Christine et Guillemin Yoann*

## **Compte-rendu groupe 2 :**

Groupe constitué, essentiellement, de joueurs effectuant leur 1<sup>er</sup> stage de reprise (sur les 2 proposés).

Au programme :

- Un gros travail de fond (tenue de balle/rythme et déplacement) allié à un travail physique qualitatif.
- Un travail de service/remise/+1.
- Des séquences + intensive sous forme de séance allemande.
- Des séquences + ludique basé sur le "jouer juste" et/ou l'habileté.

Les joueurs ont montré un vrai plaisir à se retrouver autour de la table et cela s'est concrétisé par une haute intensité dans l'engagement et dans la concentration. Cependant, il faudra toujours essayer de garder ce niveau d'intensité pendant la durée d'un stage, mais aussi être capable de l'augmenter.

A noter, par rapport aux années précédentes, qu'une majorité de joueurs participants au stage avaient déjà repris l'entraînement (en libre essentiellement).

*Florent BECART  
Responsable du stage Elite*

## Résultats des compétitions du 25 août 2015.

### **Groupe1 :**

Top 7, début de set à 10/10 (avec 2 pts d'écart) sur 21 manches jouées.

Le classement final ne prends pas en compte le nombre de victoire, mais le nombre de manche gagné.

Ce système compétitif a pour objectif d'amener le joueur à s'adapter à une situation de stress (fin de set) + tenir sur la durée.

### **Résultats :**

1<sup>er</sup> Oscar Lefloch (82 manches gagnées)

2<sup>ème</sup> Matthieu Deléglise (73)

3<sup>ème</sup> Mallory Frajer (63)

4<sup>ème</sup> Ethan Gille (48)

5<sup>ème</sup> Clément Fleury (45)

6<sup>ème</sup> Théo Rodriguez (37)

7<sup>ème</sup> Flavien Heurtin (30)

### **Groupe 2 :**

Top 8, les parties se sont déroulées aux meilleurs des 5 manches.

### **Résultats :**

1<sup>er</sup> Célian Heurtin (7 victoires)

2<sup>ème</sup> Robinson Daoust (5 v)

3<sup>ème</sup> Luca Andréoli (5v)

4<sup>ème</sup> Emma Rodriguez (4V)

5<sup>ème</sup> Nils Gille (3v)

6<sup>ème</sup> Alban Lefebvre (3v)

7<sup>ème</sup> Maelys Chapey (1v)

8<sup>ème</sup> Loan Tach-Monestier (0v)

## STAGE 23 au 27 Aout 2015 MACON

| Horaires | 23/08/2015                                   | 24/08/2015                 | 25/08/2015             | 26/08/2015   | 27/08/2015             |  |  |                |
|----------|--|----------------------------|------------------------|--|------------------------|--|--|----------------|
| 7h30     |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 8h00     |  | Physique Reveil musculaire |                        | Physique Reveil musculaire   |                        |  |  |                |
| 8h30     |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 9h00     |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 9h30     | Accueil                                      | Rythmes/tenue de balle     | Echauffement           | Echauffement   | Physique               |  |  |                |
| 10h00    |  |                            | Rythmes/tenue de balle | Séance allemande   | Rythmes/tenue de balle |  |  |                |
| 10h30    | Rythmes/tenue de balle                       | Service                    |                        | Travail 3eme balle   |                        |  |  |                |
| 11h00    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 11h30    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 12h00    | Compétition                                  | Compétition                | Service                | Compétition  | Service/remise +1      |  |  |                |
| 12h30    | Repas  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 13h00    | Sieste                                       |                            |                        |  | Temps calme            |  |  |                |
| 13h30    |  |                            |                        |  |                        |  |  | Bilan du stage |
| 14h15    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 14h30    | Service                                      | Seance allemande           | Compétition            | Service/remise +1  | Compétition en double  |  |  |                |
| 15h00    | Travail 3eme balle                           |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 15h30    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 16h00    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 16h30    | Pause  |                            |                        | TK au panier (5 coachs)  | Habilitété             |  |  |                |
| 17h00    | TK au panier (3 coachs)                      | TK au panier (5 coachs)    |                        |  | Fin de stage           |  |  |                |
| 17h30    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 18h00    |  |                            |                        | Physique: Travail spécifique bassin+hanches - Footing pour les volontaires |                        |  |  |                |
| 18h30    | Douche et temps libre (appel des parents...) |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 19h00    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 19h30    | Repas  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 20h00    | Animation "vie de groupe" ou temps libre     | Temps libre                | Ateliers Services      | Temps libre  |                        |  |  |                |
| 20h30    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 21h00    | Coucher                                      |                            |                        |  |                        |  |  |                |
| 21h30    |  |                            |                        |  |                        |  |  |                |

Thèmes du stage:

Rythme/tenue de balle  
TK au panier  
Services/remises  
Sécurité et placement 3eme balle