

COMPTE - RENDU

du 1^{er} Regroupement Départemental Jeunes Élite

DU DIMANCHE 18 SEPTEMBRE 2016 À SAINT - DENIS

Ce 1^{er} Regroupement Départemental Jeunes Élite s'est déroulé à Saint - Denis et a réuni 16 joueurs (dont 4 filles) : 7 Benjamins (dont 2 filles), 5 Minimes (dont 1 fille) et 4 Cadets (dont 1 fille).





Clubs représentés : 9 :

Bourgetin CTT : 8 (4 filles et 4 Garçons),

Montreuil ES : 3 (3 Garçons),

Livry - Gargan EP : 2 (2 Garçons),

Bobigny AC : 1 (1 Garçon),

Noisy le Grand CS : 1 (1 Garçon),

Saint - Denis US93TT : 1 (1 Garçon).

	Filles	Garçons	TOTAL
Benjamins 1 :	2	3	5
Benjamins 2 :	0	2	2
Minimes 1 :	1	4	5
Cadets 1 :	1	1	2
Cadets 2 :	0	2	2





Encadrés par : Ahmed ZEGLI, Chafid LOUCIF, Félix COUTAUDIER,
Jérémy SERRE et Karttoumou SACKO.

Relanceurs : Camille SAUZET (Bourgetin CTT) et Karttoumou SACKO (Saint - Denis US93TT)

Liste des jeunes présents : 16

REGROUPEMENT ÉLITE JEUNES N° 1 DU DIMANCHE 18/09/2016 À SAINT - DENIS						
Liste des joueurs du Groupe Départemental Jeunes Élite 2016 / 2017						
N° Licence	NOM Prénom	Club	Sexe	Cat.	Clts / Pts Phase 1	Groupe
7517036	BOLLACK Alexis	Saint Denis US93TT	M	C1	15 / 1561	1
9319404	BORGNON Paul	Noisy le Grand CS TT	M	B1	5 / 597	2
9318830	COHEN Sacha	Montreuil ES	M	B2	5 / 509	2
9318731	DRUAUX Ulysse	Bobigny AC	M	B2	5 / 576	2
9318967	HOSENALLY Ashfani	Bourgetin CTT	F	B1	5 / 500	2
9317804	HOSENALLY Oumehani	Bourgetin CTT	F	C1	7 / 774	1
9318256	LEMOINE Mathis	Livry - Gargan EP	M	M1	6 / 637	1
9316035	LESIMPLE Gaël	Bourgetin CTT	M	C2	11 / 1156	1
9318034	NGUYEN Alexandre	Bourgetin CTT	M	B1	7 / 774	1
9317531	NGUYEN Kévin	Bourgetin CTT	M	C2	15 / 1526	1
9319706	PATISSIER Jules	Montreuil ES	M	B1	5 / 500	2
9318033	PAVADE Brinda	Bourgetin CTT	F	B1	7 / 746	1
7726935	PROUVAT Quentin	Bourgetin CTT	M	M1	5 / 567	2
9319180	SABI Ismael	Montreuil ES	M	M1	5 / 565	2
9319393	ZIANI Douae	Bourgetin CTT	F	M1	5 / 500	2
9319422	ZIVKOVIC Bogdan	Livry - Gargan EP	M	M1	5 / 500	2

Cette liste peut et doit évoluer au cours de l'année.

Programme de la journée :

10h00 à 10h10 : Accueil des Jeunes
10h10 à 10h35 : Échauffement + Étirement
10h35 à 12h20 : Séance de groupe (régularité, déplacement et tenue de balle) et des jeunes au panier
12h20 à 12h30 : Étirement + retour au calme avec retour sur la séance Entraîneur/Jeunes
12h30 à 13h30 : Pause Déjeuner
13h30 à 13h45 : Jeux Libre
13h45 à 14h00 : Echauffement
14h00 à 14h30 : Service au panier de balle (2 à 3 thèmes différents)
14h30 à 15h00 : Atelier Service / Remise uniquement
15h00 à 16h50 : Mise en situation : Service / Remise / 1^{er} Démarrage
15h50 à 16h00 : Pause Goûter
16h00 à 16h50 : Compétition par niveau
16h50 à 17h00 : Étirement / BILAN



Bilan de la journée :

Nous avons accueilli les enfants dès 09h45 pour commencer l'entraînement vers 10h10.

L'équipe technique a insisté sur l'état d'esprit à avoir sur leurs entraînements car tous ces enfants ont été sélectionnés par l'équipe technique départementale.

Il est donc important que les jeunes prennent conscience que nous pensons que ces jeunes ont un bon profil pour bien jouer au Tennis de Table et par conséquent qu'ils doivent s'investir au maximum dans leur projet sportif afin de réussir au mieux.

Bien que détectés ces jeunes doivent aussi comprendre que le travail en club est primordial et qu'il ne faut pas fléchir.

Groupe 1 encadré par Jérémy SERRE, et relancé par Camille SAUZET :

Le groupe était très investit malgré le manque de force vive. Les joueurs ont profité du relanceur mis en place pour le groupe, mais que les jeunes devaient de eux-mêmes aller chercher la relance. Ils ont fait beaucoup de régularité pour retrouver leurs « sensations ».

Après la pause goûter, une partie match s'est faite sous forme de poule et par niveau.

Une petite baisse de régime au 3/4 de la journée (ce qui est normal en début de saison) mais les joueurs n'ont pas lâché. Un bon début d'année.

Groupe 2 encadrés Chafid LOUCIF, Félix COUTAUDIER et Karttougou SACKO :

Nous avons eu un groupe de neuf enfants qui ont l'habitude de s'entraîner dans leur club ; nous étions deux entraîneurs avec une relanceuse, ce qui est bénéfique pour nos jeunes pongistes.

Au niveau du travail, la journée s'est déroulée de la façon suivante :

Le matin l'échauffement a été fait conjointement avec le groupe 1 afin de créer une émulation de groupe : qu'on soit grand, petit, bien classé ou non, les enfants ont joué le jeu. Nous nous sommes ensuite séparés en deux groupes de niveau.

Jusqu'à la pause, nous avons travaillé principalement sur des exercices de petits déplacements et de régularité, avec beaucoup de comptage afin de tenir la concentration des jeunes. L'objectif du matin était de garder la raquette au-dessus de la table afin de prendre la balle à son sommet et surtout de bien se placer avant de jouer.

Après la pause du midi, les jeunes ont refait un échauffement en commun sous forme de circuit training où le travail était sur la vitesse et la prise d'appuis.

Ensuite, nous avons travaillé le service et l'objectif était de produire l'effet coupé. Chaque joueur avait une table pour lui afin de prendre le temps de répéter et de garder sa concentration.

Très rapidement nous avons fait évoluer nos situations en incorporant une remise (poussette tendue du coup droit). Le but était de créer des intentions de jeu et de ne pas servir pour servir. Les jeunes ont répété deux fois chacun la situation.

Avant de faire la pause de 16h00 pour le goûter, nous avons fait une montée de table avec le thème de travail précédent en y ajoutant de l'incertitude avec le service long afin de ne pas "robotiser" les joueurs.

Après le goûter, nous avons procédé aux matchs. La formule de match était sous forme de deux poules (une de 4 et une de 5) en deux manches gagnantes (en cas de manche décisive les joueurs commençaient la manche à 8 partout).

Lors de ce premier regroupement, nous n'avons pas pu finir les matchs, nous comptons en faire un fil rouge sur tout le long des regroupements.

Ce fut une bonne journée pour un premier regroupement car tous les clubs n'ont pas forcément repris l'entraînement avec intensité du fait de la rentrée.

Rappel des prochains Regroupements Départementaux Jeunes Élite :

Dimanche 20 Novembre 2016 à	de 10H00 à 17H00
Dimanche 22 Janvier 2017 à	de 10H00 à 17H00
Dimanche 12 Mars 2017 à	de 10H00 à 17H00
Samedi 20 Mai 2017 à	de 10H00 à 17H00

La Technique du CD 93 TT

