

COMPTE - RENDU

du 2^{ème} Regroupement Départemental Jeunes Élite

DU DIMANCHE 16 OCTOBRE 2016 À SAINT - DENIS

Ce 2^{ème} Regroupement Départemental Jeunes Élite s'est déroulé à Saint - Denis et a réuni 20 joueurs (dont 4 filles) : 8 Benjamins (dont 2 filles), 9 Minimes (dont 2 filles) et 7 Cadets (dont 1 fille).





Clubs représentés : 7 :

Bourgetin CTT : 7 (4 filles et 3 Garçons),
Montreuil ES : 6 (6 Garçons),
Livry - Gargan EP : 2 (2 Garçons),
Saint - Denis US93TT : 2 (2 Garçons),
Bobigny AC : 1 (1 Garçon),
Noisy le Grand CS : 1 (1 Garçon),
Villemomble SPTT : 1 (1 Garçon).

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



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

Relanceur : Karttoumou SACKO (Saint - Denis US93TT)

Liste des jeunes présents : 20

REGROUPEMENT ÉLITE JEUNES N° 2 DU DIMANCHE 16/10/2016 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
9318285	BURIN DES ROZIERES Elie	Montreuil ES	M	C1	14 / 1451	1
9318830	COHEN Sacha	Montreuil ES	M	B2	5 / 509	2
9317312	DOINEAU Maxence	Villemomble SP TT	M	C1	15 / 1532	1
9318731	DRUAUX Ulysse	Bobigny AC	M	B2	5 / 576	2
9315763	FREMIOT Basile	Montreuil ES	M	C2	14 / 1416	1
9318967	HOSENALLY Ashfani	Bourgetin CTT	F	B1	5 / 500	2
9317804	HOSENALLY Oumehani	Bourgetin CTT	F	C1	7 / 774	1
9319057	LAHRECHE Redha	Saint Denis US93TT	M	B2	5 / 511	2
9317800	LECLERE Elouan	Montreuil ES	M	C2	14 / 1490	1
9318256	LEMOINE Mathis	Livry - Gargan EP	M	M1	6 / 637	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 + Étirements et Articulations
- 10h35 à 12h15 : Séance de groupe (régularité, déplacement et tenue de balle) et des jeunes au panier
- 12h15 à 12h30 : Ateliers Renforcement Musculaires
- 12h30 à 12h40 : Étirement + retour au calme avec retour sur la séance Entraîneur/Jeunes
- 12h40 à 13h30 : Pause Déjeuner
- 13h30 à 13h45 : Jeux Libre
- 13h45 à 14h00 : Échauffement + Étirements et Articulations
- 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 par groupe de la journée :

Groupe 1 encadré par Jérémy SERRE et par Camille SAUZET :

Un deuxième regroupement qui a compté 5 personnes de plus que le premier.

Au programme de la matinée, échauffement physique dynamique en commun avec le groupe 2 suivi par une séance collective de rythme. Malgré un groupe élargi, les forces en présence ont encore un peu de mal à se mélanger entre eux. La séance du matin est basée sur des exercices de rythme sans sortie en jeu libre afin de travailler l'aspect physique ainsi que la tenue de balle. Les exercices sont faits avec sérieux mais un manque d'intensité est à déplorer.

En fin de matinée, 30 minutes de travail physique avec les deux groupes réunis ont été mis en place afin de les faire travailler sur différents ateliers : vitesse, coordination, renforcement musculaire.

Après la pause déjeuner, les jeunes reprennent l'entraînement avec un échauffement physique et un échauffement à la table. Avec l'arrivée d'un joueur en plus nous décidons de mettre en place un atelier service afin que le joueur se retrouvant seul à chaque exercice puisse travailler un service durant le cours de l'exercice.

L'après-midi est axé sur des schémas de jeu simples avec service. Très vite, nous décidons de mettre des situations de comptages de points à la fin de chaque situation car nous trouvons le groupe peu énergique malgré leurs implications. Cette mise en situation les libère et nous donne enfin des joueurs combattifs à la table et impliqués dans la séance.

Une fois la pause de 15h50 terminée, une formule de match pour jouer uniquement des fins de set est mise en place. Une formule intéressante, mais certaines parties accrochées, ne nous ont pas permis de faire beaucoup de rotation sur cette situation.

Une journée globalement intéressante, mais lors du bilan nous avons insisté sur le fait que nos jeunes doivent travailler leur intensité et leur combativité à chaque point joué que ce soit en match comme sur un exercice de rythme. Un travail personnel leur a été demandé sur cette axe (indispensable à leur progression) pendant toute l'année.

Il a été rappelé aussi l'importance de venir sur les regroupements et stages du département.

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

Ce deuxième regroupement a été dans la continuité du premier.

Au programme de la matinée, échauffement physique dynamique en commun avec le groupe 1 suivi par une séance collective axée sur les déplacements et la contre initiative. Nous avons fait le choix de mettre en place un système de comptage d'échanges dans le but de motiver les enfants à faire les efforts pour tenir la balle sur la table. La concentration et l'engagement étaient au rendez-vous durant la séance.

Pour clôturer la demi-journée, les jeunes ont effectué trente minutes de travail physique. Différents ateliers de vitesse, coordination et renforcement musculaire ont été mis en place avec le soin d'adapter les objectifs aux âges et aux capacités physiques des enfants.

Après cette matinée bien remplie, les enfants se sont jetés sur leurs paniers et ont mangé tous ensemble dans le calme et la bonne humeur.

La reprise de l'entraînement par groupe s'est faite à 13h45. Grâce à plusieurs exercices techniques, les jeunes joueurs ont travaillé d'abord les services courts, puis les remises coup-droit/revers et les démarrages coup droit et pivot.

L'après-midi s'est terminée avec une formule de compétition durant laquelle chaque enfant a pu faire minimum trois matchs contre des adversaires de niveau proche. Malgré la fatigue, tous les jeunes ont joué le jeu et ont eu un bon état d'esprit dans la victoire comme dans la défaite.

Pour terminer, les enfants ont été à l'écoute du bilan. Nous leur avons fait part de nos observations : une progression pour certains, quelques difficultés pour d'autres. Un échange que nous avons voulu juste et constructif toujours dans le but de progresser.

Enfin, nous avons constaté avec beaucoup de joie que TOUS les jeunes (+1) présents au 1^{er} regroupement l'ont été aussi lors de celui-ci. Nous saluons les entraîneurs de club, les parents et les jeunes pour cette confiance que vous nous apportez.



Rappel des prochains Regroupements Départementaux Jeunes Élite :

Dimanche 20 Novembre 2016 à LIVRY - GARGAN de 13H30 à 19H00

Dimanche 22 Janvier 2017 à DRANCY de 10H00 à 17H00

Dimanche 12 Mars 2017 à LIVRY - GARGAN de 10H00 à 17H00

Samedi 20 Mai 2017 au BOURGET de 14H00 à 19H00 au BOURGET

La Technique du CD 93 TT