

Compte - Rendu du Stage Départemental Poussins et Benjamins qui s'est déroulé à Salbris du Dimanche 9 Avril 2017 au Vendredi 14 Avril 2017

Ce stage Détection est le dernier stage en externat de la saison. Afin de continuer notre idée d'ouverture aux autres départements, il a été organisé par 3 Départements franciliens : le Comité de Paris, le Comité de Seine-Saint-Denis et le Comité du Val-de-Marne. Cette mixité permet de rassembler différents enfants de nos départements, de varier les partenaires d'entraînement, d'échanger, é

C'est un groupe de 28 personnes (22 joueurs, 6 cadres et 1 relanceur) qui a pris possession des lieux en ce Dimanche 9 Avril 2017.

L'établissement du planning et du contenu des différentes séances avait pour objectif d'éviter d'entrer dans une routine, d'interpeller les jeunes et de permettre un investissement sur toute la semaine. Les blocs de séances, rythme, travail individualisé, travail de service et comptages de points. Ces dernières permettaient aux enfants de pouvoir évoluer dans les groupes. Afin de se rapprocher au plus près de la compétition et du stress que cela génère, des parties couperets en toute fin de séances ont été mises en place avec comme spectateurs le restant du groupe. Des situations difficiles pour les enfants mais formatrices pour le futur.

Ce système de montées/descentes inter groupes n'a pas forcément été respecté par les cadres durant la semaine. En effet, étant donné les bonnes attitudes et investissements durant les séances d'entraînement, il était difficile de "sanctionner" un enfant et de le faire descendre de groupe uniquement sur le résultat brut d'une partie voire de quelques points. Les montants ont changé de groupe mais les descendants ont très souvent été maintenus dans leur groupe afin de récompenser leur sérieux à l'entraînement. Cela a donc amené un réaménagement des groupes (début de stage, Groupe 1: 7 joueurs, Groupe 2: 8 joueurs et Groupe 3: 7 joueurs ; fin de stage : Groupe 1: 8 joueurs, Groupe 2: 10 joueurs et Groupe 3: 5 joueurs).

Le groupe a très bien réagi durant la semaine et les enfants ont réussi à repousser la fatigue au maximum. Elle a fait une légère apparition lors de la matinée de jeudi mais a vite disparu jusqu'à la fin du stage. C'est un point positif car il n'est pas évident pour des enfants de cet âge de réagir de la sorte.

Retrouvez ci-dessous, les comptes rendus des différents groupes d'entraînement.





Le groupe de jeunes a été scindé en 3 sous-groupes.

Vous trouverez ci-dessous le détail concernant la constitution des groupes, les intervenants et les axes de travail durant cette semaine.

Groupe 1 : 7 joueurs, encadré par Christian OUAAZ + 1 Relanceur

Le groupe a été dynamique et agréable avec une envie de progresser bien présente. Il a été constitué de 7 à 8 joueurs selon les jours.

Durant la semaine, le travail a été axé sur le top spin CD ainsi que les petits déplacements (bien se placer par rapport à la balle, i). Plusieurs progrès ont été recherchés sur ce thème : démarrage sur différents types de balles (coupées et plates), placement du top spin CD et enchaînements après le démarrage.

Un travail de service/remise a également été effectué tout au long du stage :

É travail du service coupé simple sans effet latéral.

É travail sur la remise de service en poussette où une action sur la balle était demandée afin de mettre de la qualité à la balle.

Malgré des journées chargées et denses, nous avons constaté une belle résistance physique de l'ensemble du groupe mise à part sur la matinée du vendredi au cours de laquelle nous avons senti une réelle baisse d'énergie.

Le groupe a bien vécu et les signaux dégagés sont très positifs : de la progression, de l'envie, de l'écoute aux conseils, de bons comportements sur les périodes de matchs, i



Groupe 2 : 8 joueurs, encadrés par Florian DENERIER et Loïc MAUSSION/Ahmed ZEGLI

Le groupe a été constitué de 8 joueurs en début de stage et l'a clôturé avec 10 joueurs en son sein. Un grossissement voulu par l'ensemble des cadres afin de récompenser les jeunes méritants du groupe d'en dessous et de ne pas faire descendre ceux qui se sont bien entraînés mais qui ont manqué de réussite sur les temps de parties.

Les séances collectives ont principalement été axées sur la tenue de balle (à plat ou en top), les déplacements (petit déplacement et grand déplacement du RV au CD) et la poussette RV (action sur la balle, ressortir de la table). Ces séances ont été vivantes avec des enfants qui ont fait les efforts de bien faire les choses aussi bien durant les situations sans comptage qu'avec. En plus des différentes consignes techniques liées au déplacement, à la tenue de la main, il a été insisté sur la notion de partenariat et sur le fait que les deux joueurs sont en position de travail quel que soit la situation.

Les séances de travail sur le service et la remise ont été organisées de la manière suivante :

- service : l'objectif était de faire découvrir et comprendre les différentes natures d'effets (sans effet latéral, effet latéral sortant et effet latéral rentrant). Chaque jeune devait essayer, à partir de la consigne demandée, de rechercher celui-ci sur deux services maîtrisés ou non.
- remise : l'objectif de ce travail était de lire correctement le service adverse et d'avoir la bonne réponse en retour en essayant de ne pas donner une balle facile à son adversaire. Afin de faciliter ce travail, il a été fait en réduisant les zones de placement de services sur la table.

Ces situations ont été intéressantes et bien réalisées car les jeunes se sont pris au jeu et ont cherché des solutions pour y parvenir.

Un groupe 2 agréable et volontaire avec des enfants motivés, ayant envie d'apprendre et de progresser !



Groupe 3 : 7 joueurs, encadrés par Arnaud GALAIS et Camille SAUZET

Le groupe 3 était composé de sept joueurs de niveau assez homogène. Un groupe agréable et motivé à l'entraînement, qui nous a permis de travailler dans de bonnes conditions.

Les séances de rythme avaient pour but la tenue de balle et la régularité. Nous avons mis en place des situations de "comptage" afin d'impliquer au maximum les jeunes. Durant la semaine, des évolutions ont été instaurées afin d'améliorer le top spin coup droit, la liaison revers/coup droit ainsi que les déplacements.

Durant les séances de service/remise, nous nous sommes basés sur trois services : le service lancé coupé, le service bombe et le service latéral revers en fin de semaine. Les remises de service ont aussi été travaillées sur ces différents services grâce aux circuits organisés.

Les séances individualisées se sont faites en petits groupes de trois ou quatre joueurs. Elles se sont déroulées sous forme de panier de balles et de travail de service. Le but était de perfectionner la technique des jeunes sur différents coups : top spin coup droit (sur balle coupée et balle sans effet), poussette coup droit et revers, bloc coup droit et revers et liaison revers/coup droit. Ces séances ont été productives car la concentration et l'écoute des joueurs étaient à son maximum.

Dans l'ensemble, la semaine fût de qualité. L'investissement a été constant. Des moments de fatigue ont été constatés (souvent en fin de séance) mais les jeunes reprenaient rapidement des forces pour la séance suivante. Nous avons observé une vraie progression de tous les joueurs. Cette progression a été notamment visible dans les situations des parties. Trois des sept joueurs du groupe 3 ont fini leur stage dans le groupe 2 après leur montée. Une vraie réussite !!!



De nouveau, le stage a été très positif pour tous !

Un grand merci au CRJS de Salbris pour leur accueil et leur disponibilité. Enfin, nous remercions toute l'équipe technique présente (Arnaud GALAIS, Florian DENERIER, Christian OUAAZ, Loïc MAUSSION, Camille SAUZET, et Ahmed ZEGLI) pour l'encadrement ; et Alexis MILLOT pour sa relance et son investissement tout au long de cette semaine.



RÉSUMÉ DE CHAQUE JOURNÉE :

LUNDI

Le stage Poussin/Benjamin du 9 au 14 Avril 2017 s'est agrandi avec la venue du comité de Paris rejoignant les départements de la Seine-Saint-Denis et du Val de Marne.

Le réveil de ce lundi ne fût pas trop difficile pour les enfants, car toutes et tous étaient impatients de débiter ce stage.

La journée a commencé par un réveil musculaire sous le beau soleil de Salbris. Malgré ce réveil sportif les jeunes n'ont pas grimacé !

Après un petit déjeuner bien complet, direction la chambre pour un rangement des affaires, la toilette du matin et la préparation des affaires pour le Tennis de Table.

Nous avons commencé la séance par un circuit training sous forme d'ateliers sur lesquels les enfants ont travaillé leurs appuis, leur dynamisme ainsi que leur vitesse de réaction (12 ateliers différents réalisés 2 fois durant 30 secondes avec 15 secondes de récupération).

Ensuite, nous avons élaboré une séance collective regroupant tous les jeunes avec des exercices de régularité, de tenue de balle et de services en jouant les points.

Pour finir la matinée une grande montée de table a été organisée afin de constituer les groupes en fonction des résultats de celle-ci et de leurs niveaux :

le Groupe 1 : encadré par Christian et un relanceur, Alexis

le Groupe 2 : encadrés par Ahmed/Loic et Florian

le Groupe 3 : encadrés par Arnaud et Camille

Puis cette matinée s'est conclue par un retour au calme et des étirements avant de prendre la direction du déjeuner, car nos jeunes avaient très faim.

Après le repas un long temps de repos dans leur chambre fut réalisé pour reprendre de l'énergie.

Retour à la salle à 14h30 pour la séance de l'après-midi, les entraîneurs leur avaient prévu un échauffement sous forme de sprints.

Ensuite chacun des 3 groupes a pu travailler individuellement avec les jeunes en consultant les fiches/entraîneurs et pour finir une séance de service remise a été mis en place afin d'appliquer les consignes du travail individualisé.

Après ces quelques heures de Tennis de Table, place à un jeu collectif pour finir la journée avec une balle au prisonnier durant laquelle l'équipe des Butterfly ont gagné 3-1.

Ces moments de détente sont important pour les enfants afin de créer une cohésion de groupe pour mélanger les jeunes des 3 Départements.

Puis direction les douches avec un petit temps calme où les jeunes ont pu passer du temps ensemble.

La journée s'est terminée par la traditionnelle veillée, les enfants ont été divisés en 2 équipes pour bouger au rythme des chaises musicales.

Place à la récupération et au sommeil !

Bonne soirée et à demain pour de nouvelles aventures.

MARDI

Cette deuxième journée de stage a commencé comme celle de la veille, à savoir sous un soleil radieux. Les efforts d'hier ont déjà fait leur effet car certains enfants dormaient bien profondément lorsque le réveil a sonné.

La suite du programme matinal fut le même que lundi avec deux séances de tennis de table : séance technique sur le top spin coup droit et séance de travail de service et retour de service.

La coupure déjeuner (et son dessert) a été bien accueillie par les stagiaires car certains commençaient à baisser du pied.

Le temps du repos a été imposé sous forme de sieste afin de récupérer un maximum de forces et d'énergie en vue de l'après-midi.

Retour en salle pour une deuxième partie de journée forte en émotions.

En effet, après une séance collective de qualité, les enfants se sont affrontés au sein de leur groupe avec des modifications possibles (montée, maintien ou descente). Ces situations de matchs stressantes ont amené quelques larmes qui ont été vite séchées.

Rangement du matériel pongiste et place à l'activité collective : un Ultimate durant lequel le "Freesbee" a été remplacé par une balle.

Beaucoup de cris et d'amusement durant ce moment de relâche.
La journée s'est terminée par une veillée de mimes.

Il est temps pour nos jeunes stagiaires d'aller se coucher et de récupérer après deux bonnes journées d'entraînement.

MERCREDI

Décidément, le soleil a choisi de nous accompagner durant toute la semaine !
Cela met du baume au cœur à tout le monde et permet à nos jeunes de ne pas trop trainer pour effectuer le réveil matinal.

C'est une bonne chose, car de par notre expérience, ce n'est pas leur moment préféré de la journée, loin de là!

La suite de la matinée s'est enchaînée comme les précédentes : petit-déjeuner, toilette et préparation des affaires, deux séances de Tennis de Table et pour finir le déjeuner.

Un petit mot au sujet des repas durant lesquels nous ne devons que très peu insister pour faire manger les enfants. Ils ont compris les consignes concernant la demande de manger de tout et de l'apport de l'alimentation pour pouvoir tenir le stage.

L'après-midi a été aménagé différemment afin de casser la routine de la semaine. Une grande rencontre par équipes, mélangeant tous les groupes, a été mise en place.

Le groupe a été coupé en deux pour constituer les équipes. Chaque enfant a disputé 5 matchs complets (au meilleur des 5 manches) durant lesquels chaque manche gagné rapportait un point à son équipe.

Celle-ci fut très disputée avec de belles choses entrevues : encouragements envers soi et ses coéquipiers, résistance à l'adversaire, gestion de ses émotions négatives, ... un très bon moment de vie.

Au final, la rencontre s'est soldée sur un score fleuve en faveur de l'équipe des "Bracelets Brésiliens" (composée de Aube, Robinson, Yannis, Paul, Thomas B., Lazare, Guillaume F., Guillaume B., Arthur, Vadim et Étienne) face à l'équipe des "Ecrabouilleurs".

Étant donné les visages marqués de certains enfants (très peu ont fait la sieste, pas bien!), le choix a été fait de ne pas faire l'autre activité prévue pour économiser un peu les organismes en vue de la fin du stage.

Ils ont donc eu le temps de prendre leur douche, de s'affronter au "Uno" ou au babyfoot ou de regarder le début du match reporté de football entre Dortmund et Monaco, en Ligue des Champions.

La conclusion de cette journée s'est faite autour d'une veillée bruyante pour le plus grand bonheur des enfants.

Quelques clichés ont été faits de cette journée, vous pouvez les retrouver sur cette galerie photo en cliquant sur le lien suivant : <https://flic.kr/s/aHskSJK1To> ou sur www.cd93tt.fr.

Cela vous permettra de découvrir notre lieu de vie pour cette semaine et d'apercevoir vos enfants.

JEUDI

Devinez qui nous a fait mal aux yeux ce matin au réveil ? Le soleil évidemment ! Avant d'aller courir sous ses rayons, il a fallu réveiller les jeunes dont les yeux collaient un peu mais cela ne s'est que très peu ressenti durant la journée.

Nous pourrions surnommer notre groupe "Les Indestructibles" tellement ces jeunes sont surprenants de résistance physique.

Notre journée a retrouvé son format classique à savoir séance de Tennis de Table, déjeuner, temps de repos (afin de s'assurer du bon investissement de tous sur l'après-midi, il a été imposé en sieste), séance de Tennis de Table, autre activité (une thèque), douches et préparation des valises, dîner et veillée (parcours d'habileté avec une balle dans une cuillère coincée dans la bouche).

Cette quatrième journée a été de qualité comme les précédentes.

Vous pouvez être fiers de vos bambins qui ont totalement répondu aux attentes des entraîneurs au cours de ce stage : investissement, écoute, intégration des consignes, ... pour les temps de jeu en salle de Tennis de Table ; convivialité, bonne humeur, cohésion, ... pour les temps de vie en groupe.

Pour ce stage Détection édition 2017, le Comité de Paris a rejoint les Comités du Val-de-Marne et de Seine-Saint-Denis qui ont pris l'habitude de travailler ensemble depuis plusieurs années.

Cette intégration et organisation conjointe à 3 Départements fût une réussite.

Cela a permis d'avoir un plus grand mélange de joueurs, de varier les partenaires d'entraînement et pour les cadres, de pouvoir échanger sur notre métier et notre passion.

Je voulais en profiter pour remercier grandement l'équipe d'entraîneurs de cette semaine pour leur présence et la qualité du travail fourni.

Ce compte-rendu est le dernier de cette semaine car tout ce petit monde va reprendre demain après-midi le chemin de la région parisienne.

Nous prendrons le train qui arrivera vers 17h53 à la gare d'Austerlitz.

Merci de nous attendre en bout de quai (et de ne pas avancer sur le quai) afin que nous puissions nous assurer du départ des enfants dans les meilleures conditions.

PLANNING DU STAGE

Stage Poussins/Benjamins - du 9 au 14 avril 2017

		Travail individualisé	Séance de comptage	Travail physique			
		Séance de rythme	Séance groupe S/R	Echauffement physique			
		dimanche 09/04	lundi 10/04	mardi 11/04	mercredi 12/04	jeudi 13/04	vendredi 14/03
7h55	dimanche 09/04	Lever	Lever	Lever	Lever	Lever	Lever
8h10		Réveil musculaire	Réveil musculaire	Réveil musculaire	Réveil musculaire	Réveil musculaire	Réveil musculaire
8h30		Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT	Petit déjeuner + préparation séance TT + rangement
9h15		Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques	Circuit d'ateliers dynamiques
9h45		séance de rythme, tenue de balles, ... commune à tous les stagiaires.					
10h30							
11h00						montée de tables avec barrages	
11h30							
12h00		montée de tables					
12h15		Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Etirements - Retour au calme	Jeu libre
12h20		Repas	Repas	Repas	Repas	Repas	Repas
13h15		Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Repos + préparation séance TT	Douche et bilans
14h30		Echauffement	Echauffement	Echauffement	Echauffement	Echauffement	
14h45							
15h30							Transfert gare
16h00							
16h15	Rendez-vous 16h15 Départ 17h07 Arrivée 18h33	Pause	Pause	Séance de matchs par équipes	Pause	Départ 16h25 Arrivée 17h53	
16h30			formule interne à chaque groupe avec barrages				
17h00							
17h30		Autre activité	Autre activité		Autre activité		
18h15	Réunion, repas et installation	Douche + temps libre	Douche + temps libre	Douche + temps libre	Douche + temps libre		
19h15		Repas	Repas	Repas	Repas		
20h15		Veillée	Veillée	Veillée	Veillée		
21h30	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher		



Liste complète des jeunes présents : 22

NOM	PRENOM	CAT	CLUB	Pts 09/16	Pts 01/17	Pts 03/17
BELTRANDO	Robinson	B2	AP 17	654	685	712
HUGES	Romain	B2	Espérance Reuilly	630	637	700
OHANA	Ethan	B1	VGA St Maur	646	667	669
PARICHON	Maxent	P	Vincennois TT	522	565	593
MACCARI	Paul	B2	Espérance Reuilly	522	536	588
TALBI	Yannis	B1	Charenton TT	543	567	584
DENIS	Gabriel	B1	Saint-Denis US93TT	500	529	581
BOUEROUX-TRISTAM	Thomas	B2	KB US	515	558	580
PICHERY	Lazare	B2	Julien Lacroix TT	500	514	563
KACZONOWSKI	Louka	P	Vincennois TT	500	546	562
PANSU	Arthur	B1	JUMP	500	527	562
CRAUFFON	Etienne	P	Julien Lacroix TT	500	517	547
ABOULKHEIR	Vadim	P	US Fontenaysienne	526	512	546
BERTHODIN	Guillaume	B1	Plessis UMS	508	518	546
THAO	Mathys	B2	Charenton TT	515	539	536
LAFOREST	Ruben	B2	Vitry ES	500	527	533
FOUREY	Guillaume	M	Brévannaise AS	502	516	522
HOSENALLY	Ashfani	B1	Bourgetin CTT	500	500	521
BERTON	Joachim	P	Vitry ES	500	500	508
HAN	Thomas	P	Paris 13 TT	500	500	488
DATH	Aube	B1	ATT XV	500	500	481
MENET	Alexandre	B2	Paris 13 TT	500	500	480



La Technique du CD 93 TT
Ahmed ZGLI

