TENNIS DE TABLE
COMITÉ DE LA
SEINE-SAINT-DENIS

1-3, Rue de la Poterie, 93200 Saint-Denis
fftt.ssd@wanadoo.fr - 01 48 31 83 22
www.cd93tt.fr - Cd93tt

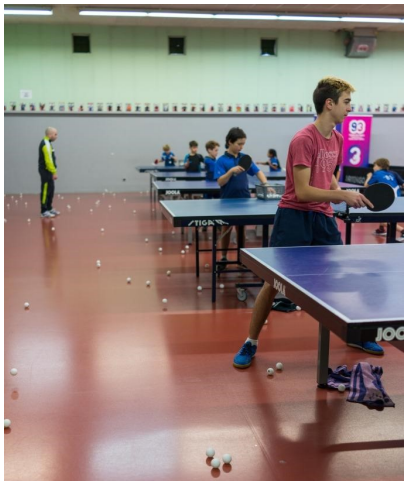
COMPTE - RENDU
du 3ème Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins
du SAMEDI 24 NOVEMBRE 2018 À BOBIGNY

Ce 3ème Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny et a réuni 14 joueurs (dont 4 filles) :
3 Poussins (dont 1 Fille), 10 Benjamins (dont 2 Filles) et 1 Minime Fille.

Clubs représentés : 7 :

Bourgetin CTT : 4 : 3 filles et 1 garçon,
Pantin CMS : 3 : 3 garçons,
Noisy le Grand CSTT : 2 : 2 garçons,
Drancy JA : 2 : 2 garçons,
Bobigny AC : 1 : 1 garçon,
Villepinte STTT : 1 : 1 garçon,
Saint - Denis US93TT : 1 : 1 fille.

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	1	2	**3**
Benjamins 1 :	2	4	**6**
Benjamins 2 :	0	4	**4**
Minimes 1 :	1	0	**1**
	4	10	**14**



Encadrés par : Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET.

Encadrant en formation : Guillaume MONTEGU

Relanceur : Nemanja DIMITRIJEVIC (Bobigny AC)

Liste des jeunes présents : 11

REGROUPEMENT Pôle Départemental N° 3 DU SAMEDI 24/11/2018 À BOBIGNY					
Liste des joueurs du Groupe du Pôle Départemental Jeunes 2018 / 2019					
N° Licence	**NOM Prénom**	**Club**	**Sexe**	**Cat.**	**Clts / Pts Phase 1**
9320739	ARTHUR Romain	Villepinte STTT	M	B2	5 / 500
9320818	BENTALBI Neyla	Saint - Denis US93TT	F	B1	5 / 500
9321602	CLEMENT-TIRLET Noé	Pantin CMS	M	B1	5 / 500
9321614	CLEMENT-TIRLET Paul	Pantin CMS	M	P	5 / 500
9321240	DRAPIER Timothée	Noisy le Grand CSTT	M	B2	5 / 500
9320512	DRUAUX Roméo	Bobigny AC	M	B1	5 / 522
9320016	EHRLICH William	Noisy le Grand CSTT	M	B1	5 / 500
9321528	LARRE Célia	Bourgetin CTT	F	P	5 / 500
9320655	NAIT OUAHMANE Bassem	Bourgetin CTT	M	B2	5 / 500
9537068	NGUYEN Afrah	Bourgetin CTT	F	B1	5 / 500
9320538	NOGRETTE Shaïne	Drancy JA	M	P	5 / 514
9321001	POINTURIER Renaud	Pantin CMS	M	B2	6 / 637
9320540	TAILLEFERT Ilhan	Drancy JA	M	B1	5 / 500
9319914	ZIANI Houda	Bourgetin CTT	F	M1	5 / 553

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

Programme de la journée :

09h30 à 09h45 : Accueil des Jeunes
09h45 à 10h00 : Échauffement + Étirements et Articulations
10h00 à 11h15 : Séance de groupe (Top Spin revers et déplacements) et des jeunes au panier
11h15 à 11h25 : Pause
11h25 à 11h45 : Circuit Training vitesse et coordination
11h45 à 12h00 : Défi record : Faire le plus de top spin coup droit en 6min.
12h00 à 12h20 : Matchs
12h20 à 12h30 : Étirement + retour au calme avec bilan sur la séance Entraineur/Jeunes.

Bilan de la matinée :

Entrainement encadré par Ahmed ZEGLI, Camille SAUZET, Guillaume MONTEGU et avec un relanceur (Nemanja DIMITRIJEVIC) :

Pour le troisième regroupement du Pôle Poussins / Benjamins, quatorze joueurs étaient présents.

Nous avons commencé la matinée par un échauffement collectif.

Un groupe de dix joueurs (dont le relanceur) ont eu une séance collective axée sur de l'initiation au top-spin revers.

Les cinq autres joueurs étaient aux paniers de balle avec deux entraineurs et avaient pour objectif de travailler sur le même thème.

Après la pause, nous avons fait un circuit training. Le thème de ce circuit était axé sur du travail de pied et du travail de la vitesse.

Par la suite, nous avons fait une grosse partie de notre fil rouge avec tous les jeunes. L'objectif était de faire le plus de top spin coup droit en six minutes.

Lors des prochains regroupements, le but pour no jeunes sera d'augmenter son nombre de top-spin coup droit à chaque regroupement.

Nous avons fini par des matchs sous forme d'une montée de table, en un set gagnant.

Lors de cette deuxième séance de pôle, nous avons observé une progression des jeunes grâce à leurs entrainements en club. Et nous les encourageons à continuer à s'entrainer.

La partie sur l'initiation au top spin revers n'était pas facile mais les jeunes ont été attentif aux conseils afin de progresser.

Nous sommes très satisfaits de cette troisième journée, et souhaitons que les joueurs continuent sur cette lancée.

ARTHUR Romain
Villepinte STTT

BENTALBI Neyla
Saint - Denis US93TT

CLEMENT TIRLET Paul
Pantin CMS

CLEMENT TIRLET Noé
Pantin CMS

DRAPIER Timothée
Noisy le Grand CSTT

DRUAUX Roméo
Bobigny AC

EHRLICH William
Noisy le Grand CSTT

NAIT OUAHMANE Bassem
Bourgetin CTT

LARRE Célia
Bourgetin CTT

NGUYEN Afrah
Bourgetin CTT

NOGRETTE Shaïne
Drancy JA

PELMONT Jasmine
Saint - Denis US93TT

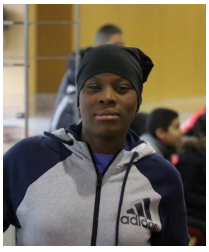
POINTURIER Renaud
Pantin CMS

TAILLEFERT Ilhan
Drancy JA

ZIANI Houda
Bourgetin CTT

DIMITIJEVIC Nemanja
Relanceur - Bobigny AC

MONTEGU Guillaume
Livry - Gargan



SACKO Karttoumou
Saint - Denis US93TT

SAUZET Camille
Bobigny AC

Rappel des prochains Regroupements du Pôle Départemental Poussins / Benjamins :

~~Samedi 22 Septembre 2018 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30~~
~~Samedi 20 Octobre 2018 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30~~
~~Samedi 24 Novembre 2018 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30~~
Samedi 22 Décembre 2018 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
Samedi 19 Janvier 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
Samedi 16 Février 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
Samedi 23 Mars 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
Samedi 20 Avril 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
Samedi 25 Mai 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
Samedi 15 Juin 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

La Technique du CD 93 TT