

COMPTE - RENDU

du 5^{ème} Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins du SAMEDI 19 JANVIER 2019 À BOBIGNY

Ce 5^{ème} Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny et a réuni 15 joueurs (dont 4 filles) : 2 Poussins, 12 Benjamins (dont 3 Filles) et 1 Minime Fille.



Clubs représentés : 8 :

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

| | Filles | Garçons | TOTAL |
|---------------|--------|---------|-------|
| Poussins : | 0 | 2 | 2 |
| Benjamins 1 : | 3 | 4 | 7 |
| Benjamins 2 : | 0 | 5 | 5 |
| Minimes 1 : | 1 | 0 | 1 |
| | 4 | 11 | 15 |



Encadrés par : Ahmed ZEGLI, Camille SAUZET et Guillaume MONTEGU

Aidé par : Karttoumou SACKO et Mohamed BENRABAH

Relanceur : Nemanja DIMITRIJEVIC (Bobigny AC)

Liste des jeunes présents : 15

| REGROUPEMENT Pôle Départemental N° 5 DU SAMEDI 19/01/2019 À BOBIGNY | | | | | | |
|--|---------------------|----------------------|------|------|--------------------|--------------------|
| Liste des joueurs du Groupe du Pôle Départemental Jeunes 2018 / 2019 | | | | | | |
| N° Licence | NOM Prénom | Club | Sexe | Cat. | Clts / Pts Phase 1 | Clts / Pts Phase 2 |
| 9320739 | ARTHUR Romain | Villepinte STTT | M | B2 | 5 / 500 | 5 / 500 |
| 9320818 | BENTALBI Neyla | Saint - Denis US93TT | F | B1 | 5 / 500 | 5 / 500 |
| 9321602 | CLEMENT-TIRLET Noé | Pantin CMS | M | B1 | 5 / 500 | 5 / 500 |
| 9321614 | CLEMENT-TIRLET Paul | Pantin CMS | M | P | 5 / 500 | 5 / 500 |
| 9321240 | DRAPIER Timothée | Noisy le Grand CSTT | M | B2 | 5 / 500 | 5 / 567 |
| 9320512 | DRUAUX Roméo | Bobigny AC | M | B1 | 5 / 522 | 5 / 583 |
| 9320016 | EHRlich William | Noisy le Grand CSTT | M | B1 | 5 / 500 | 5 / 500 |
| 7726972 | LANDRIE Benjamin | Villepinte STTT | M | B2 | 5 / 500 | 5 / 512 |
| 9537068 | NGUYEN Afrah | Bourgetin CTT | F | B1 | 5 / 500 | 5 / 500 |
| 9320538 | NOGRETTE Shaïne | Drancy JA | M | P | 5 / 514 | 5 / 572 |
| 9320824 | PELMONT Jasmine | Saint - Denis US93TT | F | B1 | 5 / 528 | 5 / 504 |
| 9321001 | POINTURIER Renaud | Pantin CMS | M | B2 | 6 / 637 | 7 / 719 |
| 9321281 | SAVIGNY Julien | Livry - Gargan EP | M | B2 | 5 / 500 | 5 / 542 |
| 9320540 | TAILLEFERT Ilhan | Drancy JA | M | B1 | 5 / 500 | 5 / 521 |
| 9319914 | ZIANI Houda | Bourgetin CTT | F | M1 | 5 / 553 | 5 / 560 |

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 10h15 : Régularité CD et R
- 10h15 à 11h15 : Séance de groupe et des jeunes au panier de balle sur le top spin CD
- 11h15 à 11h30 : Pause
- 11h30 à 11h45 : Circuit Training vitesse et déplacements
- 11h45 à 11h55 : Service Bombe
- 11h55 à 12h20 : Matches par équipe
- 12h20 à 12h30 : Étirement + retour au calme avec bilan sur la séance Entraîneur/Jeunes.





Bilan de la matinée :

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

Pour ce cinquième regroupement du Pôle Poussins / Benjamins, quinze joueurs étaient présents.

Nous avons commencé la matinée par un échauffement collectif.

Lors de la première partie de la matinée, nous avons composé deux groupes, un groupe au panier de balle et un groupe en séance collective. L'objectif était de travailler le top-spin coup droit sur balle coupée.

Les deux groupes sont passés une fois sur la séance au panier de balle et une fois sur la séance collective.

Après la pause, nous avons fait un circuit training. L'objectif était de travailler sur la vitesse de déplacement en pas chassés.

Lors de la deuxième partie de la matinée, nous avons fait un travail de service. Pendant dix minutes, les joueurs ont travaillé leur service rapide.

Ensuite nous avons fait un circuit de service par équipe où l'objectif était de gagner le plus de point grâce à son service rapide.

Lors de cette cinquième séance de pôle, les jeunes ont réussi rapidement à se remettre dans l'intensité de l'entraînement. Ainsi nous avons eu une belle matinée d'entraînement.

Nous vous souhaitons une bonne année ! Nous remercions aussi tous les entraîneurs qui viennent nous aider lors des différents regroupements.





ARTHUR Romain
Villepinte STTT



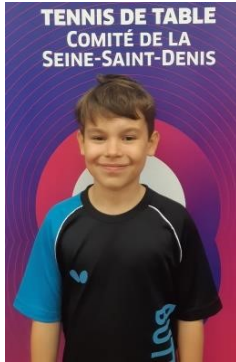
BENTALBI Neyla
Saint - Denis US93TT



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



LANDRIE Benjamin
Villepinte STTT



NGUYEN Afrah
Bourgetin CTT



NOGRETTE Shaïne
Drancy JA



PELMONT Jasmine
Saint - Denis US93TT



POINTURIER Renaud
Pantin CMS



SAVIGNY Julien
Livry-Gargan EP



TAILLEFERT Ilhan
Drancy JA



ZIANI Houda
Bourgetin CTT



DIMITIJEVIC Nemanja
Relanceur - Bobigny AC



MONTEGU Guillaume
CD93TT / Livry-Gargan EP



SACKO Karttougou
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