



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 6^{ème} Regroupement Départemental de Perfectionnement DU DIMANCHE 24 MARS 2019 À DRANCY

Ce 6^{ème} Regroupement Départemental de Perfectionnement Jeunes s'est déroulé à Drancy et a réuni 21 joueurs (dont 5 filles) : 3 Benjamins (dont 1 fille), 8 Minimes (dont 1 fille), 8 Cadets (dont 3 filles) et 2 Juniors.



Clubs représentés : 9 :

Bobigny AC : 3 : 1 Fille et 2 Garçons,
Bourgetin CTT : 4 : 1 Filles et 3 Garçons,
Drancy JA : 3 : 1 Fille et 2 Garçons,
Saint - Denis US93TT : 3 : 1 Fille et 2 Garçons,
Livry - Gargan EP : 2 : 2 Garçons,
Montreuil ES : 2 : 2 Garçons,
Noisy le Grand CS TT : 2 : 1 Fille et 1 Garçon,
Gagny USM : 1 : 1 Garçon,
Pantin CMS : 1 : 1 Garçon.

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	0	1	1
Benjamins 1 :	1	1	2
Benjamins 2 :	0	0	0
Minimes 1 :	0	4	4
Minimes 2 :	1	3	4
Cadets 1 :	2	3	5
Cadets 2 :	1	2	3
Juniors 1 :	0	1	1
Juniors 2 :	0	1	1
Juniors 3 :	0	0	0
	5	16	21



Encadrés par : Ahmed ZEGLI, Laurent PINON, Lino-Denis YONG et Florian DENERIER.

Liste des jeunes présents : 21

REGROUPEMENT PERFECTIONNEMENT N° 6 DU DIMANCHE 24/03/2019 À DRANCY							
Liste des joueurs du Groupe de Perfectionnement Départemental Jeunes 2018 / 2019							
N° Licence	NOM Prénom	Club	Sexe	Cat.	Clts / Pts Phase 1	Clts / Pts Phase 2	Groupe
9319994	BEN ZINA Myriam	Drancy JA	F	C2	5 / 500	5 / 500	2
9319040	DENIS Gabriel	Saint - Denis US93TT	M	M1	7 / 710	7 / 715	1
9320720	DIMITRIJEVIC Nemanja	Bobigny AC	M	J1	5 / 583	7 / 707	1
9320600	DIOT Thomas	Gagny USM	M	C2	7 / 724	8 / 828	1
9318731	DRUAUX Ulysse	Bobigny AC	M	M2	8 / 845	8 / 877	1
9320614	ETRILLARD Nils	Montreuil ES	M	M1	6 / 601	6 / 645	2
9320300	GARMA Maelys	Bourgetin CTT	F	M2	5 / 524	6 / 623	1
9318256	LEMOINE Mathis	Livry - Gargan EP	M	C1	8 / 879	8 / 869	1
9320356	LOYER Arthur	Pantin CMS	M	M1	5 / 579	6 / 600	2
9535284	MADI Kaïs	Saint - Denis US93TT	M	M2	5 / 562	6 / 656	2
9319425	MARTRON Jules	Livry - Gargan EP	M	C2	7 / 739	7 / 792	1
9450644	MOLOHIO Elise	Noisy le Grand CSTT	F	C1	5 / 559	5 / 569	2
9535306	NGUYEN Ridwane	Bourgetin CTT	M	C1	5 / 500	6 / 677	1
9320538	NOGRETTE Shaine	Drancy JA	M	P	5 / 514	5 / 572	1 et 2
9320617	PELARD Ewen	Bourgetin CTT	M	M1	5 / 500	5 / 500	2
9320824	PELMONT Jasmine	Saint - Denis US93TT	F	B1	5 / 528	5 / 504	2
9319180	SABI Ismael	Montreuil ES	M	C1	7 / 722	7 / 787	1
9318551	SCHWITZGABEL Lara	Bobigny AC	F	C1	5 / 507	5 / 500	2
9320540	TAILLEFERT Ilhan	Drancy JA	M	B1	5 / 500	5 / 521	2
9319396	VILLA Guillaume	Noisy le Grand CSTT	M	M2	8 / 892	9 / 975	1
9321082	VISAKAN Renus	Bourgetin CTT	M	J2	7 / 785	8 / 858	1

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

Programme de la journée :

- 10h00 à 10h15 : Accueil des jeunes
- 10h15 à 10h30 : Échauffement + étirements et articulations
- 10h30 à 11h30 : Paniers de balle sur balles coupées et incertitude
- 11h30 à 12h30 : Paniers de balles suivant les objectifs des jeunes
- 12h30 à 14h00 : Pause déjeuner + jeu libre
- 14h00 à 16h00 : Régularité et Service / Remise
- 16h00 à 16h15 : Pause goûter
- 16h15 à 16h50 : Compétition par niveau
- 16h50 à 17h00 : Étirement / Bilan



Bilan par groupe de la journée :

Groupe 1 encadré par Laurent PINON :

Pour ce 6^{ème} regroupement de perfectionnement, le groupe 1 était composé de 11 joueurs.

La journée a été divisée en 3 parties :

- La séance du matin a été basé sur du panier de balles.

Nous avons travaillé sur 10 exercices de panier.

Les 5 premiers étaient des exercices sur balles coupées puis balles coupées + incertitudes.

Les 5 derniers ont été des exercices à la carte, définit avec les joueurs. Nous avons pris en compte leurs objectifs pour être au plus proches des attentes des joueurs.

- Durant l'après-midi, nous avons travaillé sur des exercices de régularité puis régularité plus jeu libre à partir de 8 touches de balles.

Nous avons enchainé plusieurs exercices de distribution en top spin coup droit, puis en top spin revers.

Le but n'étant pas d'aller vite mais de pouvoir partir en jeu libre sans faire d'erreur.

Les jeunes ont été très concentrés sur cet exercice afin de pouvoir atteindre le jeu libre le plus souvent possible.

- Enfin, nous avons ajouté à ces exercices, des services, puis de l'incertitude. Nous avons fait ensuite des duels où le relanceur devait prendre le service sous forme de comptage.

La dernière heure de cette journée a été basée sur des montées de table.

Les jeunes se sont montrés très motivé et nous espérons que leurs investissements se feront également au quotidien dans leurs clubs.



Groupe 2 encadré par Lino Denis YONG et Florian DENERIER :

Pour ce 6^{ème} regroupement de perfectionnement, le groupe 2 était composé de 10 joueurs.

Après des retrouvailles entre copains toujours très chaleureuses, il est temps de s'entraîner après un échauffement commun.

Le groupe se comporte bien pendant la séance matinale qui est basé sur le contrôle de balle, tant sur le placement que la rotation à maîtriser.

La concentration est sollicité car peu de moment de jeu libre mais ils ont tous été attentif.

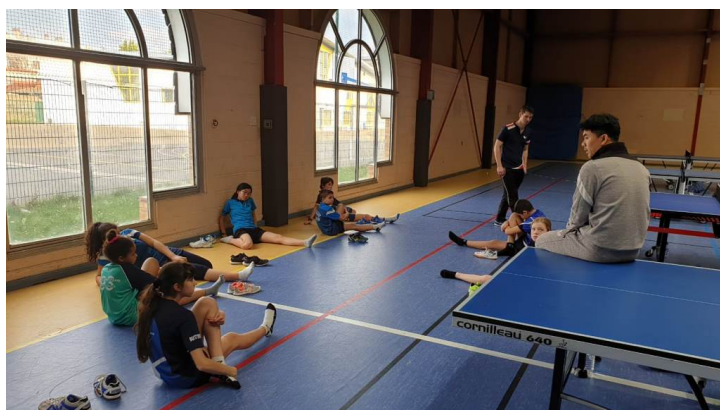
L'après-midi, nous nous concentrons beaucoup sur le service et la remise de service. Exercice très technique qui sollicite également toutes leurs forces mentales. De l'envie de bien faire et d'apprendre des nouvelles choses font plaisir à voir.

Nous finissons sur des exercices afin d'appliquer ce que l'on vient d'apprendre.

La route est encore longue mais la voie entreprise est bonne.

Continuez à beaucoup vous entraîner, prendre des habitudes qui vous permettront continuellement d'évoluer. Nous ne pourrons pas toujours gagner mais nous pourrons toujours réussir.

Sur l'ensemble du regroupement, il y a eu une très bonne attitude du groupe, les jeunes étaient travailleurs, très à l'écoute et motivé.



Rappel des prochains Regroupements Départementaux Jeunes :

Dimanche 23 Septembre 2018	à SAINT DENIS	de 10H00 à 17H00
Samedi 20 Octobre 2018	au BOURGET	de 14H00 à 19H00
Dimanche 25 Novembre 2018	à BOBIGNY	de 10H00 à 17H00
Samedi 22 Décembre 2018	à LIVRY GARGAN	de 14H00 à 19H00
Dimanche 10 Février 2019	à VILLEPINTE	de 10H00 à 17H00
Dimanche 24 Mars 2019	à DRANCY	de 10H00 à 17H00
Dimanche 26 Mai 2019	à DRANCY	de 10H00 à 17H00

La Technique du CD 93 TT