



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 5^{ème} Regroupement Départemental de Développement DU DIMANCHE 26 MAI 2019 À DRANCY

Ce 5^{ème} Regroupement Départemental de Développement Jeunes
s'est déroulé à Drancy et a réuni 18 joueurs (dont 2 filles) :
7 Poussins (dont 2 filles) et 11 Benjamins.



Clubs représentés : 6 :

Montreuil ES : 7 : 1 Fille et 6 Garçons,
Bobigny AC : 5 : 5 Garçons,
Drancy JA : 2 : 2 Garçons,
Livry - Gargan EP : 2 : 2 Garçons,
Gervaisienne CSM : 1 : 1 Fille,
Villepinte STTT : 1 : 1 Garçon.

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	2	5	7
Benjamins 1 :	0	4	4
Benjamins 2 :	0	7	7
	2	16	18



Encadrés par : Ahmed ZEGLI, Guillaume MONTEGU, Jean-Christophe PUKIEL
et Walid ELASRI

Aidé le matin par : Camille SAUZET

Liste des jeunes présents : 18

REGROUPEMENT DE DÉVELOPPEMENT N° 5 DU DIMANCHE 26 MAI 2019 À DRANCY								
Liste des joueurs du Groupe de Développement Départemental Jeunes 2018 / 2019								
N° Licence	NOM Prénom	Club	Sexe	Cat.	Année Naiss.	Type	Clts / Pts Phase 1	Clts / Pts Phase 2
9322219	ALTAF Arshan	BOBIGNY AC	M	P	2011	Promo	5 / 500	5 / 500
9322130	ASCANI Marcello	MONTREUIL ES	M	B1	2009	Tradi	5 / 500	5 / 500
9321310	AZOULAY Romy	GERVESIENNE CSM	F	P	2010	Tradi	5 / 500	5 / 500
9321555	BABIN Félix	MONTREUIL ES	M	B1	2009	Tradi	5 / 500	5 / 500
9322031	BELORGEY Mathieu	LIVRY - GARGAN EP	M	B2	2008	Promo	5 / 500	5 / 500
9320138	CHRISTOPHE Thomas	LIVRY - GARGAN EP	M	B2	2008	Promo	5 / 500	5 / 500
9321816	DE MONDENARD Merlin	MONTREUIL ES	M	B2	2008	Promo	5 / 500	5 / 500
9322241	FERRARI JEAN JOSEPH Hugo	BOBIGNY AC	M	P	2011	Promo	5 / 500	5 / 500
9321840	FOURNIER Noelan	DRANCY JA	M	P	2010	Tradi	5 / 500	5 / 500
9322207	IGNACK Enzo	BOBIGNY AC	M	P	2011	Promo	5 / 500	5 / 500
9322212	LESTIENNE GRYWNOW Timor	MONTREUIL ES	M	B1	2009	Promo	5 / 500	5 / 500
9322434	LORENARD Franklin	BOBIGNY AC	M	B1	2009	Tradi	5 / 500	5 / 500
9322449	MORIN Silas	BOBIGNY AC	M	B2	2008	Promo	5 / 500	5 / 500
9322061	NITHIYANATHAN Madusanth	DRANCY JA	M	B2	2008	Promo	5 / 500	5 / 500
9321304	OURRAD Hugo	MONTREUIL ES	M	P	2010	Tradi	5 / 500	5 / 500
9321997	PATISSIER Nina	MONTREUIL ES	F	P	2010	Promo	5 / 500	5 / 500
9321961	SYKHEO Ethan	VILLEPINTE STTT	M	B2	2008	Tradi	5 / 500	5 / 500
9321792	THOMAS Proper	MONTREUIL ES	M	B2	2008	Promo	5 / 500	5 / 500

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

Programme de la journée :

- 10h00 à 10h20 : Accueil des jeunes
- 10h20 à 10h40 : Échauffement et articulations
- 10h40 à 11h00 : Paniers de balles
- 11h00 à 12h00 : Exercices de régularité avec jeu libre
- 12h00 à 12h30 : Défi "4 à la suite"
- 12h30 à 13h45 : Pause repas + jeu libre
- 13h45 à 14h15 : Échauffement physique en circuit training
- 14h15 à 15h30 : Ateliers défis dosage et placement de balle
- 15h30 à 16h00 : Matches à thèmes
- 16h00 à 16h15 : Pause goûter
- 16h15 à 16h50 : Matches par équipe
- 16h50 à 17h00 : Étirement / Bilan



Bilan de la journée :

Pour ce cinquième et dernier regroupement départemental de développement Poussins / Benjamins, nous avons accueilli 18 jeunes à Drancy.

Nous avons commencé comme à l'accoutumé par une présentation de l'action et de ses objectifs suivis par l'échauffement physique et articulaire, avec le groupe de Perfectionnement.

Nous avons commencé par du comptage au panier de balles avec nos 5 entraîneurs. Ensuite nous avons travaillé le top spin et la frappe en coup droit. De petits défis avaient lieu sur chaque table afin de motiver les jeunes.

Ensuite nous avons enchaînés avec des exercices avec jeu libre et un jeu nommé le "4 à la suite".

Il fallait réussir 3 défis sur trois tables à la suite pour pouvoir aller en jeu libre contre un entraîneur et gagner pour avoir un point.

Après la pause repas, échauffement physique en circuit training sur le travail de vitesse et coordination. Par la suite, nous avons installé 6 tables défis où les jeunes tournaient par équipes et devaient réussir un maximum de défis lors du temps imparti. Le but était d'être régulier et de bien doser et diriger sa balle suivant les défis.

Avant la pause goûter, nous avons fait des matchs à thèmes en montée de table de 11 points. Les consignes étaient diverses et il fallait bien les exécuter sous peine de perdre les matchs.

Pour finir, nous avons fait un match par équipe.

La journée s'est très bien déroulée. Les jeunes ont été attentifs et ont été très motivés.

Nous espérons les revoir sur l'an prochain et continuer sur cette bonne dynamique.

Rappel des Regroupements Départementaux Jeunes :

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 CD93TT