

## COMPTE - RENDU

### du 1<sup>er</sup> Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins du SAMEDI 19 OCTOBRE 2019 À BOBIGNY

Ce 2<sup>ème</sup> Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny  
Et a réuni 16 joueurs (dont 3 Filles) :  
6 Poussins (dont 1 Fille) et 10 Benjamins (dont 2 Filles).



## Clubs représentés : 7 :

**Bobigny AC** : 4 garçons

**Drancy JA** : 4 garçons

**Noisy le Grand CSTT** : 3 garçons

**Bourgetin CTT** : 2 filles

**Montreuil ES** : 1 garçon

**Pavillonnais SE** : 1 garçon

**Saint - Denis US93TT** : 1 fille

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	1	5	6
Benjamins 1 :	0	5	5
Benjamins 2 :	2	3	5
	3	13	16



Encadrés par : Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET.

Aidé par : Jean-Christophe PUKIEL.

Relanceurs: Renaud POINTURIER et Ashfani HOSENALLY.

## Liste des jeunes présents : 16

REGROUPEMENT DU PÔLE DÉPARTEMENTAL N° 2 DU SAMEDI 19 OCTOBRE 2019 À BOBIGNY						
Liste des joueurs du Groupe du Pôle Départemental Jeunes 2019 / 2020						
N° Licence	NOM Prénom	Club	Sexe	Cat.	Clts / Pts Phase 1	Clts / Pts Phase 2
9322219	ALTAF Arshan	Bobigny AC	M	P	5 / 500	
9321809	DARMON Alex	Pavillonnais SE	M	B1	5 / 500	
9321932	DRAPIER Mélanie	Noisy le Grand CSTT	F	P	5 / 500	
9320512	DRUAUX Roméo	Bobigny AC	M	B2	6 / 609	
9320016	EHRlich William	Noisy le Grand CSTT	M	B2	5 / 527	
9322241	FERRARI JEAN JOSEPH Ugo	Bobigny AC	M	P	5 / 500	
9321840	FOURNIER Noelan	Drancy JA	M	B1	5 / 500	
9459181	GOIX Matheis	Noisy le Grand CSTT	M	P	5 / 500	
9322207	IGNACK Enzo	Bobigny AC	M	P	5 / 500	
9321528	LARRE Célia	Bourgetin CTT	F	P	5 / 500	
9537068	NGUYEN Afrah	Bourgetin CTT	F	B2	5 / 552	
9320538	NOGRETTE Shaïne	Drancy JA	M	B1	6 / 692	
9321304	OURRAD Hugo	Montreuil ES	M	B1	5 / 500	
9320564	PAPP Mathis	Drancy JA	M	B1	5 / 500	
9320824	PELMONT Jasmine	Saint - Denis US93TT	F	B2	5 / 534	
9320540	TAILLEFERT Ilhan	Drancy JA	M	B2	5 / 544	

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

## Programme de la journée :

09h30 à 09h45 : Accueil des Jeunes + Présentation du Pôle, des encadrants et des jeunes

09h45 à 10h00 : Échauffement + Étirements et Articulations

10h00 à 11h10 : Séance 1 de groupe (Panier de balles Top CD, régularité, déplacement et tenue de balle)

11h10 à 11h15 : Pause

11h15 à 11h20 : Circuit Training (déplacement et réactivité)

11h20 à 11h40 : Travail sur les services (court / effet)

11h40 à 12h10 : Séance 2 de groupe (service / remise / mise en situation)

12h10 à 12h20 : Matches

12h20 à 12h30 : Étirement + retour au calme avec bilan sur la séance Entraîneur/Jeunes.



## Bilan de la matinée :

### Entraînement encadrés par Ahmed ZEGLI, Camille SAUZET et Jean-Christophe PUKIEL et avec deux relanceurs ( Ashfani HOSENALLY et Renaud POINTURIER ) :

Pour le deuxième regroupement, seize joueurs étaient présents.

Nous avons commencé la matinée par un échauffement collectif.

La première partie de la matinée était une séance de panier de balle.

Nous avons constitué deux groupes de niveau :

- Le groupe 1, de huit joueurs avec deux relanceurs, a eu une séance de panier axée sur du déplacement, du top-spin coup droit et beaucoup de rythme.
- Le groupe 2, de dix joueurs avec deux entraîneurs, avait pour objectif de travailler le top-spin coup droit notamment l'utilisation de l'avant-bras qui est trop souvent moins utilisé.

Après la pause, nous avons fait un circuit training. Le thème de ce circuit était axé sur du déplacement en pas chassés ainsi que du travail de réaction.

Par la suite, nous avons gardé les mêmes groupes et nous avons mis en place une séance de service/remise. L'objectif était de bien servir pour utiliser son top-spin coup droit en 1<sup>er</sup> et en deuxième coup. Un top-spin coup droit terminal était demandé afin d'essayer de gagner le point sur le deuxième coup.

Nous avons fini par trois tours montées de table.

Lors de cette deuxième séance de pôle, l'attitude des joueurs étaient bonnes. Nous sommes contents que les joueurs aient pris conscience que le pôle était important et qu'il fallait être le plus assidu possible. Le groupe s'agrandi, ce qui créé une vraie dynamique de groupe.

Nous remercions le club de Bobigny pour son accueil, Jean-Christophe PUKIEL (entraîneur) qui est venu nous aider ainsi que Ashfani et Renaud pour leurs relances.





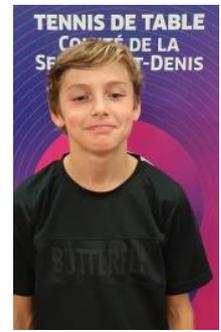
ALTAF Arshan  
Bobigny AC



DARMON Alex  
Pavillonnais SE



DRAPIER Mélanie  
Noisy le Grand CSTT



DRUAUX Roméo  
Bobigny AC



EHRlich William  
Noisy le Grand CSTT



FERRARI JEAN JOSEPH Ugo  
Bobigny AC



FOURNIER Noélan  
Drancy JA



GOIX Matheis  
Noisy le Grand CSTT



IGNACK Enzo  
Bobigny AC



LARRE Célia  
Bourgetin CTT



NGUYEN Afrah  
Bourgetin CTT



NOGRETTE Shaïne  
Drancy JA



OURRAD Hugo  
Montreuil ES



PAPP Mathis  
Drancy JA



PELMONT Jasmine  
Saint - Denis US93TT



TAILLEFERT Ilhan  
Drancy JA



Renaud POINTURIER  
Relanceur / Bobigny AC



SAUZET Camille  
CD93TT / Bobigny AC



PUKIEL Jean-Christophe  
Aide Entraîneur



ZEGLI Ahmed  
CD93TT / CTD



### Rappel des prochains Regroupements du Pôle Départemental Poussins / Benjamins :

Samedi 21 Septembre 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 19 Octobre 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 09 Novembre 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 30 Novembre 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 14 Décembre 2019 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 11 Janvier 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 1<sup>er</sup> Février 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 07 Mars 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 28 Mars 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 04 Avril 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 16 Mai 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 30 Mai 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 13 Juin 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

### **La Technique du CD93TT**