

COMPTE - RENDU

Du 4^{ème} Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins du SAMEDI 30 NOVEMBRE 2019 À BOBIGNY

Ce 4^{ème} Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny
Et a réuni 12 joueurs (dont 1 Fille) : 5 Poussins et 7 Benjamins (dont 1 Fille).



Clubs représentés : 5 :

Bobigny AC : 4 garçons

Drancy JA : 3 garçons

Noisy le Grand CSTT : 3 garçons

Bourgetin CTT : 1 fille

Montreuil ES : 1 garçon

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	0	5	5
Benjamins 1 :	0	3	3
Benjamins 2 :	1	3	4
	1	11	12



Encadrés par : Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET.

Aidé par : Jean-Christophe PUKIEL.

Relanceur : Renaud POINTURIER.

Liste des jeunes présents : 12

REGROUPEMENT DU PÔLE DÉPARTEMENTAL N° 3 DU SAMEDI 30 NOVEMBRE 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 / Phase 2
9322219	ALTAF Arshan	Bobigny AC	M	P	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	
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	
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 09h40 : Accueil des Jeunes

09h40 à 09h55 : Échauffement + Étirements et Articulations

09h55 à 10h30 : Séance 1 de groupe (Top CD, régularité, déplacement et tenue de balle)

09h55 à 10h30 : Travail sur les services (par groupe et par niveau : latéral / court / effet)

10h30 à 11h20 : Paniers de balles (Groupe 1 : services + flippes "bananes")

10h30 à 11h20 : Paniers de balles (Groupe 2 : service marteau + top CD)

11h20 à 12h10 : Circuit Training (déplacement et réactivité)

12h10 à 12h20 : Matches

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



Bilan de la matinée :

Entraînements encadrés par Ahmed ZEGLI, Camille SAUZET, Jean-Christophe PUKIEL et avec un relanceur (Renaud POINTURIER) :

Pour ce quatrième regroupement du Pôle Poussins / Benjamins, douze joueurs étaient présents, les 4 autres jeunes étaient excusés (car malades).

Nous avons commencé la matinée par un échauffement collectif.

Lors de la première partie de la matinée, nous avons reconstitué les deux groupes de niveau. La première séance était une séance collective avec différents objectifs selon les groupes de niveau.

La séance du "groupe 1" était basée sur une séance de service/remise avec comme objectif de servir court pour prendre l'initiative après le service.

La séance du "groupe 2" était-elle basée sur une séance de service marteau ou rapide avec l'objectif d'utiliser son top-spin coup droit après le service.

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

Juste avant la partie match, nous avons travaillé le ou les services au panier de balles. Le service marteau ainsi que le service rapide étaient les services à améliorer.

Lors de cette quatrième séance de pôle, nous étions un peu moins qu'à l'habitude car quelques jeunes étaient malades. Cela n'a pas enlevé l'implication des jeunes présents.

Nous remercions les coachs ainsi que le relanceur.

Une grande pensée pour Ashfani HOSENALLY, une des relanceuses, qui s'est blessée en venant au pôle le samedi matin. Nous lui souhaitons un prompt rétablissement.





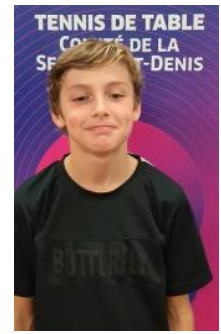
ALTAF Arshan
Bobigny AC



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 Noelan
Drancy JA



GOIX Matheis
Noisy le Grand CSTT



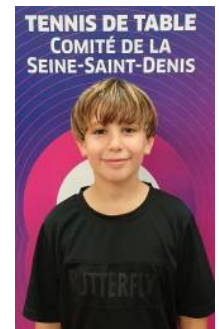
IGNACK Enzo
Bobigny AC



LARRE Célia
Bourgetin CTT



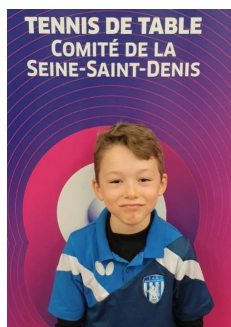
NGUYEN Afrah
Bourgetin CTT



NOGRETTE Shaïne
Drancy JA



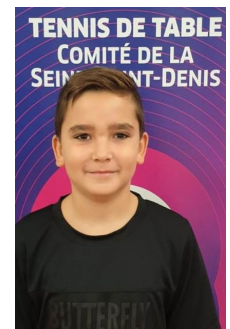
OURRAD Hugo
Montreuil ES



PAPP Mathis
Drancy JA



PELMONT Jasmine
Saint - Denis US93TT



TAILLEFERT Ilhan
Drancy JA



Renaud POINTURIER
Relanceur / Bobigny AC



HOSENALLY Ashfani
Relanceur / Bourgetin CTT



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^{er} 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