

## COMPTE - RENDU

### Du 7<sup>ème</sup> Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins du SAMEDI 1<sup>er</sup> FÉVRIER 2020 À BOBIGNY

Ce 7<sup>ème</sup> Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny, et a réuni 15 joueurs (dont 3 Filles) : 6 Poussins (dont 1 Fille) et 9 Benjamins (dont 2 Filles).



## Clubs représentés : 7 :

<b>Bobigny AC :</b>	<b>4 :</b>	<b>4 garçons</b>
<b>Drancy JA :</b>	<b>3 :</b>	<b>3 garçons</b>
<b>Noisy le Grand CSTT :</b>	<b>3 :</b>	<b>3 garçons</b>
<b>Bourgetin CTT :</b>	<b>2 :</b>	<b>2 filles</b>
<b>Montreuil ES :</b>	<b>1 :</b>	<b>1 garçon</b>
<b>Pavillonnais SE :</b>	<b>1 :</b>	<b>1 garçon</b>
<b>Saint - Denis US93TT :</b>	<b>1 :</b>	<b>1 fille</b>

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	1	5	6
Benjamins 1 :	0	4	4
Benjamins 2 :	2	3	5
	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>15</b>



Encadrés par : Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET.

## Liste des jeunes présents : 15

REGROUPEMENT DU PÔLE DÉPARTEMENTAL N° 7 DU SAMEDI 1<sup>ER</sup> FÉVRIER 2020 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	5 / 503
9321809	DARMON Alex	Pavillonnais SE	M	B1	5 / 500	5 / 521
9321932	DRAPIER Mélanie	Noisy le Grand CSTT	F	P	5 / 500	5 / 500
9320512	DRUAUX Roméo	Bobigny AC	M	B2	6 / 609	6 / 605
9320016	EHRlich William	Noisy le Grand CSTT	M	B2	5 / 527	5 / 500
9322241	FERRARI JEAN JOSEPH Ugo	Bobigny AC	M	P	5 / 500	5 / 500
9321840	FOURNIER Noelan	Drancy JA	M	B1	5 / 500	5 / 500
9459181	GOIX Matheis	Noisy le Grand CSTT	M	P	5 / 500	5 / 500
9322207	IGNACK Enzo	Bobigny AC	M	P	5 / 500	5 / 500
9321528	LARRE Célia	Bourgetin CTT	F	P	5 / 500	5 / 500
9537068	NGUYEN Afrah	Bourgetin CTT	F	B2	5 / 552	6 / 607
9321304	OURRAD Hugo	Montreuil ES	M	B1	5 / 500	5 / 505
9320564	PAPP Mathis	Drancy JA	M	B1	5 / 500	5 / 500
9320824	PELMONT Jasmine	Saint - Denis US93TT	F	B2	5 / 534	5 / 555
9320540	TAILLEFERT Ilhan	Drancy JA	M	B2	5 / 544	5 / 558

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 11h00 : Séance 1 : Paniers de balles (Top Spin Coup-Droit et Déplacement)

11h00 à 11h30 : Circuit Training (déplacement et réactivité)

11h30 à 12h00 : Séance 2 : Travail sur les services + mise en place du jeu (avec thèmes)

12h00 à 12h20 : Matches avec les thèmes précédents et en libre

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



## Bilan de la matinée :

### Entraînements encadrés par Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET :

Pour ce septième 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 mis en place deux groupes de niveau :  
La séance du groupe 1 avait pour objectif la tenue de balle en top-spin coup droit.  
La séance du groupe 2 a eu une séance de panier de balle avec pour objectif le top-spin coup droit.

Après la pause, nous avons fait un circuit training. L'objectif était basé sur le travail de force du pied.

Lors de la deuxième partie de la matinée, nous avons fait un travail de service : pendant dix minutes, les joueurs ont travaillé leurs services.

Nous avons fini par une montée de table.

Une bonne matinée d'entraînement avec beaucoup d'intensité et de concentration.

Nous remercions encore le club de Bobigny pour son accueil et les 2 entraîneurs référents.





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



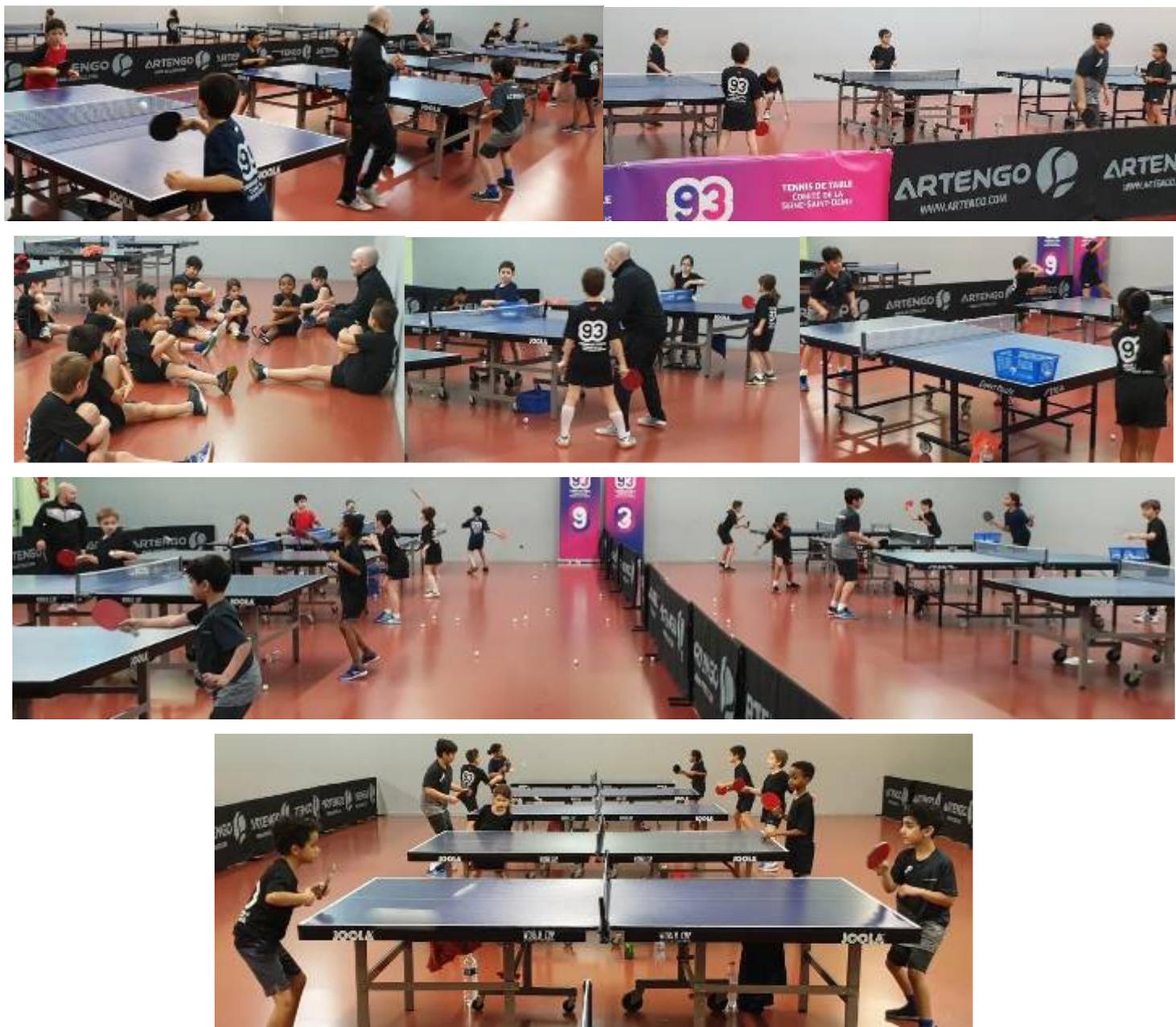
SAUZET Camille  
CD93TT / Bobigny AC



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<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