

COMPTE - RENDU

du 2^{ème} Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins du SAMEDI 09 JANVIER 2021 À BOBIGNY

Ce 2^{ème} Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny
et a réuni 11 joueurs (dont 1 Fille) :
3 Poussins (dont 1 Fille) et 8 Benjamins.



Clubs représentés : 5 :

**Bobigny AC : 4 garçons,
Drancy JA : 2 garçons,
Neuilly Sur Marne TT : 2 garçons,
Noisy le Grand CSTT : 1 fille et 1 garçon,
Montreuil ES : 1 garçon.**

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	1	2	3
Benjamins 1 :	0	4	4
Benjamins 2 :	0	4	4
	1	10	11



Encadrés par : Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET.

Relanceur : Subhan ALTAF.

Liste des jeunes présents : 11

REGROUPEMENT DU PÔLE DÉPARTEMENTAL N° 2 DU SAMEDI 9 JANVIER 2021 À BOBIGNY						
Liste des joueurs du Groupe du Pôle Départemental Jeunes 2020 / 2021						
N° Licence	NOM Prénom	Club	Sexe	Cat.	Clts / Pts Phase 1	Clts / Pts Phase 2
9322219	ALTAF Arshan	Bobigny AC	M	B1	5 / 544	5 / 544
9322162	BOUN Jemmy	Noisy le Grand CSTT	M	P	5 / 500	5 / 500
9321932	DRAPIER Mélanie	Noisy le Grand CSTT	F	P	5 / 501	5 / 501
9322241	FERRARI JEAN JOSEPH Ugo	Bobigny AC	M	B1	5 / 511	5 / 511
9322207	IGNACK Enzo	Bobigny AC	M	B1	5 / 510	5 / 510
9322971	KODJO Lucien	Bobigny AC	M	B1	5 / 500	5 / 500
9323363	LEGROS Arthur	Drancy JA	M	P	5 / 500	5 / 500
9321954	MARTHI TOFFOLON Yoann	Neuilly Sur Marne TT	M	B2	5 / 500	5 / 500
9322263	NAGGAEA Krishi	Neuilly Sur Marne TT	M	B2	5 / 500	5 / 500
9320538	NOGRETTE Shaïne	Drancy JA	M	B2	8 / 819	8 / 819
9321304	OURRAD Hugo	Montreuil ES	M	B2	5 / 500	5 / 500

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

Programme de la journée :

- 09h30 à 09h45 : Accueil des Jeunes + Présentation des nouveaux
- 09h45 à 10h00 : Échauffement + Étirements et Articulations
- 10h00 à 11h10 : Séance 1 de groupe (régularité, déplacement et tenue de balle) et panier
- 11h10 à 11h15 : Pause
- 11h15 à 11h20 : Circuit Training : gainage, vitesse et coordination
- 11h20 à 11h40 : Travail sur les services (latéral / marteau)
- 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 encadré par Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET et avec un relanceur (Subhan ALTAF) :

Pour ce deuxième regroupement de la saison, 11 jeunes joueurs étaient présents et un relanceur.

Nous avons rappelé tous les protocoles sanitaires nécessaires et en vigueur afin d'organiser au mieux ces regroupements (gel, distanciation, masque, ...), que le CD93TT a mis en place.

Nous avons commencé la matinée par un échauffement collectif.

La première partie de la matinée était une séance de panier de balle orientée sur un travail de déplacement et de top-spin coup droit.

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, tous les jeunes se sont mis sur un travail de service. Le service à effectuer était le service coupé ou le service marteau en fonction du niveau des joueurs.

Après avoir amélioré le service, nous avons mis en place un exercice avec le service travaillé.

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 d'avoir pu reprendre les séances du pôle et nous espérons pouvoir continuer dans le temps.

Nous remercions le club de Bobigny pour son accueil, ainsi que Subhan pour son aide et sa relance.





ALTAF Arshan
Bobigny AC



DRAPIER Mélanie
Noisy le Grand CSTT



FERRARI JEAN JOSEPH Ugo
Bobigny AC



IGNACK Enzo
Bobigny AC



LEGROS Arthur
Drancy JA



MARTHI TOFFOLON Yoann
Neuilly Sur Marne TT



NAGGAEA Krishi
Neuilly Sur Marne TT



NOGRETTE Shaïne
Drancy JA



ALTAF Subhan
Relanceur / Bobigny AC



SAUZET Camille
CD93TT / Bobigny AC



ZEGLI Ahmed
CD93TT / CTD



Rappel des prochains Regroupements du Pôle Départemental Poussins / Benjamins :

Samedi 17 Octobre 2020 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 9 Janvier 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 12 Juin 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

Samedi 26 Juin 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

La Technique du CD93TT