

COMPTE - RENDU

du 6^{ème} Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins du SAMEDI 8 JANVIER 2022 À BOBIGNY

Ce 6^{ème} Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny et a réuni 9 joueurs : 2 Poussins, 6 Benjamins et 1 Minime.



Encadré par : Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET.

Relanceur : à la recherche d'un jeune motivé.

Clubs représentés : 5 :

Bobigny AC : 4 garçons
Bourgetin CTT : 2 garçons
Drancy JA : 1 garçon
Gagny USM : 1 garçon
Neuilly Sur Marne TT : 1 garçon

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	0	2	2
Benjamins 1 :	0	3	3
Benjamins 2 :	0	3	3
Minimes 1 :	0	1	1
	0	9	9

Liste des jeunes présents : 9

REGROUPEMENT DU PÔLE DÉPARTEMENTAL N° 6 DU SAMEDI 8 JANVIER 2022 À BOBIGNY

Liste des joueurs du Groupe du Pôle Départemental Jeunes 2021 / 2022

N° Licence	NOM Prénom	Club	Sexe	Cat.	Clts / Pts Phase 1	Clts / Pts Phase 2
9322219	ALTAF Arshan	Bobigny AC	M	B2	5 / 566	6 / 635
9323114	ALTAF Ayaan	Bobigny AC	M	P	5 / 500	5 / 500
9323494	DJAMPOU Raphaël	Bourgetin CTT	M	P	5 / 500	5 / 500
9322241	FERRARI JEAN JOSEPH Ugo	Bobigny AC	M	B2	5 / 530	6 / 605
9322971	KODJO Lucien	Bobigny AC	M	B2	5 / 500	5 / 530
9323363	LEGROS Arthur	Drancy JA	M	B1	5 / 500	5 / 500
9321954	MARTHI TOFFOLON Yoann	Neuilly Sur Marne TT	M	M1	5 / 500	5 / 532
9321914	PARSAT Gabriel	Gagny USM	M	B1	5 / 508	5 / 500
9322586	TRAN Nathan	Bourgetin CTT	M	B1	5 / 500	5 / 500

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

Programme de la journée :

09h30 à 09h40 : Accueil des Jeunes

09h40 à 09h45 : Échauffement + Étirements et Articulations

09h45 à 11h00 : Séance 1 de groupe (régularité, déplacement et tenue de balle) et panier

11h00 à 11h05 : Pause

11h05 à 11h20 : Circuit Training sur la vitesse et la coordination

11h20 à 11h30 : Remise de tee-shirt et de gourde (développement durable)

11h30 à 12h15 : Séance 2 de groupe (service / remise / mise en situation)

12h15 à 12h25 : Matches

12h25 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 :

Pour ce sixième regroupement de notre pôle Poussins / Benjamins, neuf jeunes joueurs étaient présents.

Nous avons commencé la matinée par un échauffement physique ainsi qu'un échauffement à la table.

La séance a été axée sur un travail de liaison (top-spin coup droit/revers) et du panier de balles.

L'objectif était plus précisément basé sur la liaison coup droit-revers et donc sur le fait de bloquer et de pousser fort sur les appuis pour bien se déplacer et se replacer.

Après une très courte pause, nous avons fait un circuit training sur le thème du travail de vitesse.

À la suite du circuit-training, nous avons procédé à une remise de tee-shirt et de gourde pour nos jeunes joueurs. Et nous avons mis l'accent sur le "développement durable et l'écologie".

Ensuite, nous avons repris par un travail sur le service et nous avons mis en place directement un exercice avec le service revers latéral (le service que l'on avait travaillé au dernier pôle).

L'objectif était d'utiliser le service obligatoirement lors de l'exercice ainsi que lors des matches. Nous avons fini par quelques tours de montée de table.

Le groupe a bien travaillé durant la matinée. Nous vous souhaitons une bonne année à tous.

Nous remercions le club de Bobigny pour son accueil.



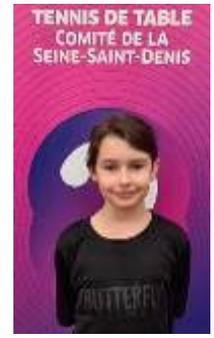
ALTAF Arshan
Bobigny AC



ALTAF Ayaan
Bobigny AC



DJAMPOU Raphaël
Bourgetin CTT



DRAPIER Mélanie
Noisy le Grand CSTT



FERRARI JEAN JOSEPH Ugo
Bobigny AC



KODJO Lucien
Bobigny AC



LEGROS Arthur
Drancy JA



MARTHI TOFFOLON Yoann
Neuilly Sur Marne TT



NAGGAEA Krishi
Neuilly Sur Marne TT



PARSAT Gabriel
Gagny USM



TRAN Nathan
Bourgetin CTT



SAUZET Camille
CD93TT / Bobigny AC



ZEGLI Ahmed
CD93TT / CTD



Rappel des prochains Regroupements du Pôle Départemental Poussins / Benjamins :

- 1— Samedi 25 Septembre 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 2— Samedi 16 Octobre 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 3— Samedi 13 Novembre 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 4— Samedi 27 Novembre 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 5— Samedi 11 Décembre 2021 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 6— Samedi 08 Janvier 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 7- Samedi 22 Janvier 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 8- Samedi 05 Février 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 9- Samedi 19 Février 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 10- Samedi 12 Mars 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 11- Samedi 26 Mars 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 12- Samedi 16 Avril 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 13- Samedi 21 Mai 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30
- 14- Samedi 04 Juin 2022 à BOBIGNY de 9h30 à 12h30

La Technique du CD93TT