

COMPTE - RENDU

du 7^{ème} Regroupement du Pôle Départemental Poussins / Benjamins du SAMEDI 22 JANVIER 2022 À BOBIGNY

Ce 7^{ème} Regroupement Départemental Poussins / Benjamins s'est déroulé à Bobigny et a réuni 7 joueurs : 1 Poussin et 6 Benjamins.



Encadré par : Ahmed ZEGLI et Camille SAUZET.

Relanceur : à la recherche d'un jeune motivé.

Clubs représentés : 4 :

Bobigny AC : 3 garçons

Drancy JA : 1 garçon

Gagny USM : 1 garçon

Montreuil ES : 2 garçons

	Filles	Garçons	TOTAL
Poussins :	0	1	1
Benjamins 1 :	0	4	4
Benjamins 2 :	0	2	2
	0	7	7

Liste des jeunes présents : 7

REGROUPEMENT DU PÔLE DÉPARTEMENTAL N° 7 DU SAMEDI 22 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
9322881	CIRO ROMERO Rafael	Montreuil ES	M	B1	5 / 500	5 / 517
7522749	GIGLIOTTI Octave	Montreuil ES	M	B1	5 / 500	5 / 516
9322971	KODJO Lucien	Bobigny AC	M	B2	5 / 500	5 / 530
9323363	LEGROS Arthur	Drancy JA	M	B1	5 / 500	5 / 500
9321914	PARSAT Gabriel	Gagny USM	M	B1	5 / 508	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

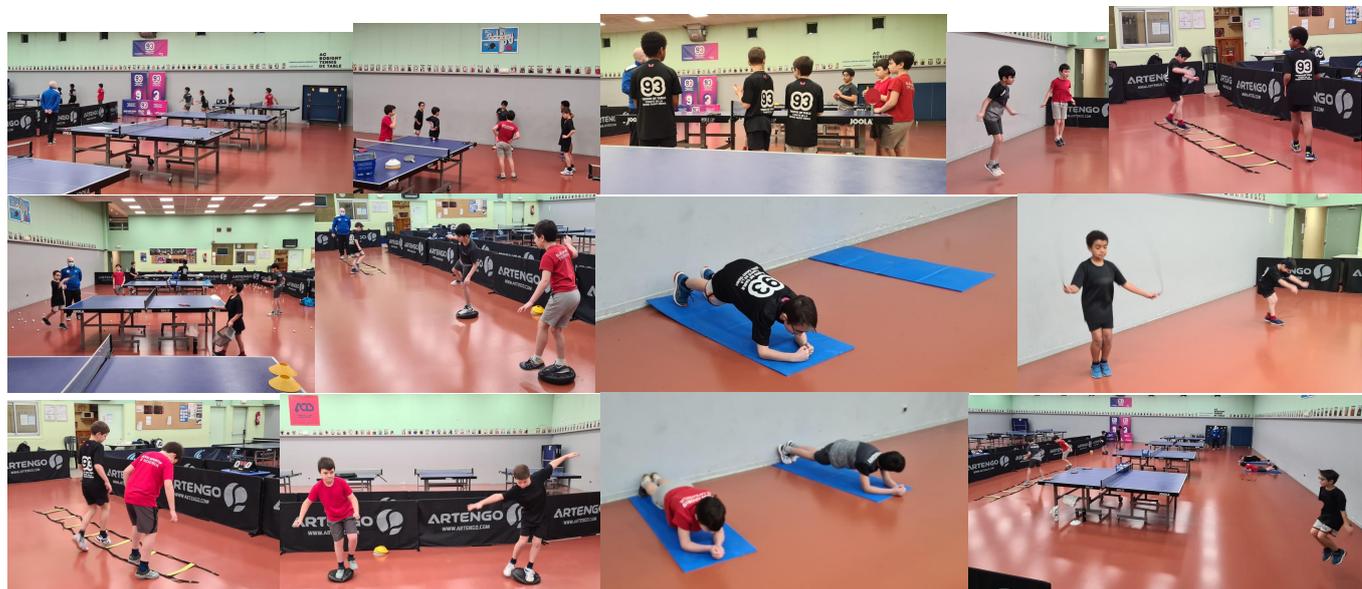
11h05 à 11h20 : Circuit Training sur la vitesse et la coordination

11h20 à 11h30 : Travail sur le service revers (latéral et "marteau")

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 septième regroupement de notre pôle Poussins / Benjamins, sept jeunes joueurs étaient présents. Et l'autre partie (8 jeunes) étaient sélectionnés pour participer au le top régional de détection.

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 déplacement avec le top-spin coup droit et du panier de balles.

L'objectif était plus précisément basé sur le travail des pas d'ajustements (placement et replacement) à faire lors du top-spin coup droit.

Après la petite pause, nous avons fait un circuit training sur le thème de la coordination.

À la suite du circuit-training, nous avons repris par un travail sur le service /remise. Nous avons commencé par du travail de service "marteau" individuellement au panier de balles. Puis l'objectif était d'utiliser ce service dans un exercice et de l'enchaîner avec un top-spin coup droit.

Nous avons fini par quelques tours de montée de table où l'objectif était d'utiliser le service "marteau" ainsi que la tactique travaillée juste avant.

Le groupe a été à l'écoute lors de la séance cependant des petits manques de concentration ont été aperçus lors de la séance.

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