

À Saint-Denis, le Vendredi 10 Avril 2026

Aux Jeunes sélectionnés, à l'équipe d'encadrement,
aux correspondants des clubs concernés et au président du CD93TT.

Objet : Confirmation de participation au stage interdépartemental de minimes à juniors, garçons et filles,
En collaboration avec le CD94TT et le CD75TT.

Cher(e) ami(e) pongiste,

J'ai le plaisir de te confirmer ta participation pour le stage interdépartemental, minimes à Juniors, en internat,
du **Dimanche 19 Avril 2026** au **Vendredi 24 Avril 2026 (inclus)** à **BOYARDVILLE (17)**.

Il sera encadré par **Ahmed ZEGLI**, **Camille SAUZET** et **Ronan MOTTIN** (en formation) du CD93TT, ainsi que 3 entraîneurs de chaque Comité et 5 relanceurs.

Le transport se fera en **AUTOCAR** :

Pour le départ, rendez-vous le **Dimanche 19 Avril 2026 à 7H45 au 7 Rue Lachelier 75013 PARIS** (c'est l'une des entrées de la Halle Carpentier).

Pensez à prévoir un déjeuner et un goûter pour la journée du dimanche.

Le retour est prévu le **Vendredi 24 Avril 2026 vers 21H00 au 7 Rue Lachelier 75013 PARIS**.

N'oublie pas de prendre dans ton sac :

- **PRÉVOIR UN DUVET OU UNE COUETTE**
- **Ton matériel de Tennis de Table dans un sac à dos (raquette, short, chaussure, serviette, gourde)**
- **1 corde à sauter**
- **2 paires de chaussures de sport (une pour le Tennis de Table et une autre pour l'extérieur)**
- **1 paire de chaussons ou tongs (OBLIGATOIRE dans l'hébergement)**
- **Beaucoup de maillots (1 à 2 par jour si possible)**
- **1 paire de chaussettes et 1 slip/culotte/caleçon par jour**
- **1 ou 2 survêtements (haut et bas)**
- **Au moins 2 shorts**
- **2 serviettes (1 pour l'entraînement et 1 pour la douche)**
- **Un vêtement contre la pluie, et contre le froid (très important) (K-way)**
- **1 vêtement de nuit (pyjama)**
- **Ton nécessaire de toilette (gel douche, shampoing, serviette, brosse à dents, dentifrice, etc...)**
- **Tes médicaments courants (ou ordonnance) éventuellement; et le signaler sur l'autorisation parentale**
- **1 sac pour le linge sale**
- **Des jeux de cartes, de société, etc....**
- **La fiche entraîneur à remettre au début du stage**
- **Une copie de ta carte d'identité (pour ceux qui en ont une)**

Pour le bon équilibre alimentaire, nous vous demandons de ne pas donner trop de friandises à votre enfant.

En espérant te compter parmi nous, nous te prions de croire, cher(e) ami(e), en l'assurance de nos sentiments sportifs les meilleurs.

Le Responsable Départemental
Ahmed ZEGLI

(ci-joints : la liste des joueurs participants au stage + mémento + planning prévisionnel de la semaine + fiche entraîneur)

**Listes des joueurs et joueuses sélectionné(e)s
pour le Stage InterDépartemental (CD75 + CD93 + CD94)
qui aura lieu à BOYARDVILLE (17)
du Dimanche 19 Avril 2026 au Vendredi 24 Avril 2026 (inclus)**

	<i>NOM</i>	<i>PRENOM</i>	<i>CATÉGORIE</i>	<i>POINTS VIRTUELS au 13 Avril 2026</i>	<i>CLUB</i>
CD93TT <i>12 Joueurs</i>	DENIS	Gabriel	J4	2104	SAINT-DENIS TT93
	DRAPIER	Timothee	J3	1949	NOISY LE GRAND CSTT
	HADDOU	Thilleli	C2	1710	NOISY LE GRAND CSTT
	LONGUET	Adam	J2	1581	DRANCY JA
	DRAPIER	Melanie	C1	1262	NOISY LE GRAND CSTT
	ALTAFA	Ayaan	M1	1195	NOISY LE GRAND CSTT
	MICHEL	Antoine	C2	1176	LIVRY-GARGAN EP
	MAGNIN	Théo	C2	1126	SAINT-DENIS TT93
	BACCOUCHE	Zeineb	C1	999	BOURGETIN CTT
	NGUYEN	Afrac	J2	990	BOURGETIN CTT
	BOUABID	Loubna	C2	931	SAINT-DENIS TT93
	LOYER	Charlotte	C2	876	SAINT-DENIS TT93
CD94TT <i>19 Joueurs</i>	STORA	Elie	J3	2283	US FONTENAYSIENNE
	SOLARI	Ilan	J3	2252	US FONTENAYSIENNE
	TRAN VON DER OHE	Johan	M2	1872	US FONTENAYSIENNE
	HUMBERT	Baptiste	J3	1804	VGA ST MAUR US TT
	SALHA OJIMA	Issa	J2	1709	MAISONS ALFORT TT
	TRAN VON DER OHE	Philippe	C2	1627	US FONTENAYSIENNE
	LABOURDETTE	Lucie	J3	1625	US FONTENAYSIENNE
	LEFEVRE	Chloé	J3	1584	US CRETEIL TT
	GACHE	Axel	M1	1576	US FONTENAYSIENNE
	HOFFMANN DRIFF	Tom	C2	1459	US ORMESSON
	CAMPOS ZITOUNI	Alexandre	C1	1405	MAISONS ALFORT
	EDAN	Romane	J1	1380	US FONTENAYSIENNE
	FAVREAU	Celian	C2	1352	VGA ST MAUR USTT
	GRELLIER-COFFY	Hugo	B2	1307	VGA ST MAUR USTT
	MOGA	Nikita	C1	1285	VITRY ES
	CHEN	Lilian	B2	1277	VGA ST MAUR USTT
	SIBER	Léa	J2	1246	VGA ST MAUR USTT
	EDAN	Adrien	B2	1015	US FONTENAYSIENNE
EDAN	Colin	B2	857	US FONTENAYSIENNE	
CD75TT <i>10 Joueurs</i>	HAN	Thomas	J2	2075	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
	MOLIN	Maxyme	C2	2050	JUMP
	TEYSSÉDRE	Louis	J2	2007	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
	LERICOLAIS	Damien	C2	1754	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
	NAPASEUTH	Noa	J3	1636	ESPERANCE REUILLY
	RIN	Seangna	C2	1560	SPORTING PARIS 20 TT
	CILIBERTI	Nicola	J2	1544	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
	BARRE	Victor	B2	1508	SPORTING PARIS 20 TT
	MILLET	René	C1	1455	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
	BONNARD	Maxence	C1	1447	AP 17

L'équipe technique présente sur le stage sera la suivante :

- **CD93TT** : Ahmed ZGLI (CTD), Camille SAUZET (CD93TT/Saint-Denis TT93) et Ronan MOTTIN (en formation).
- **CD75TT** : Arnaud GALAIS (CTD), Philippe LEFEBVRE (Esperance Reuilly) et Nicolas FROT (Paris 14^{ème}).
- **CD94TT** : Yoann RICHARD (CTD), Clément CARLIER (Fontenaysienne USTT) et Quentin BUO (stagiaire).
- **Relanceurs** : Thibaut NOEL, N°323 (Pontault Combault USM TT) + Stephen RAVONISON, N°538 (Fontenaysienne USTT), Clara COLLINET, N°99 (Fontenaysienne USTT) + Kaïs MADI, 1636 points (Saint-Denis TT93).

UN STAGE DE TENNIS DE TABLE EN ONZE POINTS GAGNANTS

1 - En début de journée :

On vient me réveiller.

Si je suis réveillé je ne fais pas de bruit, je respecte le sommeil des autres.

2 - Pour le tennis de table :

J'arrive à l'heure.

Je me prépare (short, tee-shirt, chaussures de salle, gourde, serviette, ...).

Je pose ma raquette sur une table avant l'échauffement physique.

3 - Pendant les séances :

Je suis au maximum de ma concentration et de mon investissement.

Même si c'est difficile et/ou que je suis fatigué.

Je bois régulièrement.

Je ne joue pas pendant les pauses

4 - En fin de journée, après le tennis de table :

Je prends une douche (se laver avec du savon).

Je me change : chaussettes propres, slip/caleçon propre et tee-shirt propre.

Je mets les affaires sales dans le sac prévu pour cela.

Je mets la serviette à sécher.

Je mets mes chaussons/tong.

5 - Pour les repas :

Je prends un bol de lait ou autre et je mange quelque chose. (le matin)

Je prends une entrée, un plat, un fromage et/ou un dessert. (le midi et le soir)

Je pense à boire.

6 - Dans l'hébergement :

Je suis en chaussons/tong.

J'éteins la lumière de ma chambre et/ou de la salle de bain quand je sors.

Je marche dans les couloirs et/ou les escaliers.

7 - La récupération, indispensable pour être à son meilleur niveau :

Je me repose après le repas du midi, dans ma chambre et sur mon lit.

Je me repose après la douche.

Et bien sûr dès que la lumière de ma chambre est éteinte le soir.

8 - Je respecte le matériel dans son ensemble.

9 - Je respecte les horaires que l'on m'a donnés.

10 - Je respecte les enfants et les adultes du stage, des autres stages et les gens du centre et l'on me respecte.

11 - Je suis toujours partant pour toutes les activités proposées.



STAGE CADETS / JUNIORS

Du 19/04/2026 au 24/04/2026

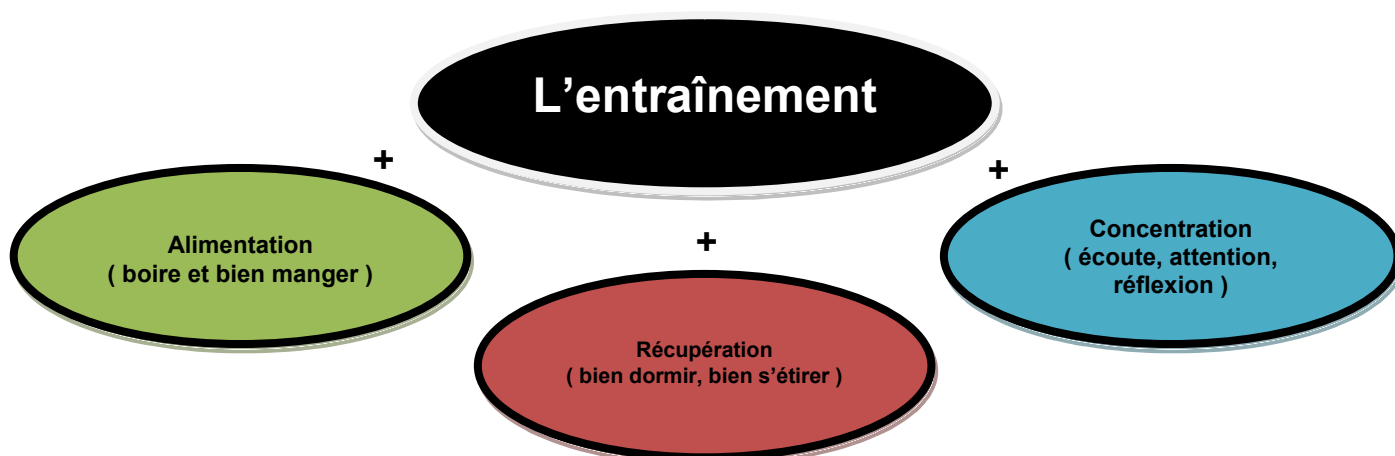
HORAIRES APPROXIMATIFS



- 7H45 / 8H00 Lever
- 8H00 / 8H15 Réveil musculaire
- 8H15 / 9H00 Petit déjeuner / Toilette / Préparation séance TT
- **9H10** **PRET POUR COMMENCER**
- 9H10 / 9H30 Échauffements / Articulations
- 9H30 / 12H25 Séance Tennis de Table / Etirements
- 12H25 / 12H30 Rangement affaires
- 12H30 / 13H25 Déjeuner
- 13H25 / 14H25 Pause / Repos / Préparation séance TT
- **14H30** **PRET POUR COMMENCER**
- 14H30 / 14H45 Échauffements / Articulations
- 14H45 / 17H30 Séance Tennis de Table
- 17h30 / 18H30 Matchs / Autre activité / Étirements
- 18H30 / 19H30 Douches / temps libre (temps calme)
- 19H30 / 20H30 Dîner
- 20H30 / 21H45 Veillée
- 21H45 / 22H00 Préparation coucher + extinction des lumières



**Pour réussir son stage et en profiter pleinement,
c'est faire attention à tout ce qui se passe à côté de l'entraînement :**



**Listes des joueurs et joueuses sélectionné(e)s
pour le Stage InterDépartemental (CD75 + CD93 + CD94)
qui aura lieu à BOYARDVILLE (17)
du Dimanche 19 Avril 2026 au Vendredi 24 Avril 2026 (inclus)**

	NOM	PRENOM	CATÉGORIE	POINTS VIRTUELS au 13 Avril 2026	CLUB
1	NOEL	Thibaut	S	2419 (R)	UMS PONTAULT COMBAULT
2	BUO	Quentin	S	2311 (R)	US FONTENAYSIENNE
3	STORA	Elie	J3	2283	US FONTENAYSIENNE
4	SOLARI	Ilan	J3	2252	US FONTENAYSIENNE
5	RAVONISON	Stephen	S	2247 (R)	US FONTENAYSIENNE
6	DENIS	Gabriel	J4	2104	SAINT-DENIS TT93
7	HAN	Thomas	J2	2075	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
8	MOLIN	Maxyme	C2	2050	JUMP
9	COLLINET	Clara	S	2032 (R)	US FONTENAYSIENNE
10	TEYSSÉDRE	Louis	J2	2007	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
11	DRAPIER	Timothee	J3	1949	NOISY LE GRAND CSTT
12	TRAN VON DER OHE	Johan	M2	1872	US FONTENAYSIENNE
13	HUMBERT	Baptiste	J3	1804	VGA ST MAUR US TT
14	LERICOLAIS	Damien	C2	1754	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
15	HADDOU	Thilleli	C2	1710	NOISY LE GRAND CSTT
16	SALHA OJIMA	Issa	J2	1709	MAISONS ALFORT TT
17	MADI	Kaïs	S	1661 (R)	SAINT-DENIS TT93
18	NAPASEUTH	Noa	J3	1636	ESPERANCE REUILLY
19	TRAN VON DER OHE	Philippe	C2	1627	US FONTENAYSIENNE
20	LABOURDETTE	Lucie	J3	1625	US FONTENAYSIENNE
21	LEFEVRE	Chloé	J3	1584	US CRETEIL TT
22	LONGUET	Adam	J2	1581	DRANCY JA
23	GACHE	Axel	M1	1576	US FONTENAYSIENNE
24	RIN	Seangna	C2	1560	SPORTING PARIS 20 TT
25	CILIBERTI	Nicola	J2	1544	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
26	BARRE	Victor	B2	1508	SPORTING PARIS 20 TT
27	HOFFMANN DRIFF	Tom	C2	1459	US ORMESSON
28	MILLET	René	C1	1455	PARIS 13 TENNIS DE TABLE
29	BONNARD	Maxence	C1	1447	AP 17
30	CAMPOS ZITOUNI	Alexandre	C1	1405	MAISONS ALFORT
31	EDAN	Romane	J1	1380	US FONTENAYSIENNE
32	FAVREAU	Celian	C2	1352	VGA ST MAUR USTT
33	GRELLIER-COFFY	Hugo	B2	1307	VGA ST MAUR USTT
34	MOGA	Nikita	C1	1285	VITRY ES
35	CHEN	Lilian	B2	1277	VGA ST MAUR USTT
36	DRAPIER	Melanie	C1	1262	NOISY LE GRAND CSTT
37	SIBER	Léa	J2	1246	VGA ST MAUR USTT
38	ALTAF	Ayaan	M1	1195	NOISY LE GRAND CSTT
39	MICHEL	Antoine	C2	1176	LIVRY-GARGAN EP
40	MAGNIN	Théo	C2	1126	SAINT-DENIS TT93
41	EDAN	Adrien	B2	1015	US FONTENAYSIENNE
42	BACCOUCHE	Zeineb	C1	999	BOURGETIN CTT
43	NGUYEN	Afrac	J2	990	BOURGETIN CTT
44	BOUABID	Loubna	C2	931	SAINT-DENIS TT93
45	LOYER	Charlotte	C2	876	SAINT-DENIS TT93
46	EDAN	Colin	B2	857	US FONTENAYSIENNE

L'équipe technique présente sur le stage sera la suivante :

- **CD93TT** : Ahmed ZEGLI (CTD), Camille SAUZET (CD93TT/Saint-Denis TT93) et Ronan MOTTIN (en formation).
- **CD75TT** : Arnaud GALAIS (CTD), Philippe LEFEBVRE (Esperance Reuilly) et Nicolas FROT (Paris 14^{ème}).
- **CD94TT** : Yoann RICHARD (CTD), Clément CARLIER (Fontenaysienne USTT) et Quentin BUO (stagiaire).
- **Relanceurs** : Thibaut NOEL, N°323 (Pontault Combault USM TT) + Stephen RAVONISON, N°538 (Fontenaysienne USTT), Clara COLLINET, N°99 (Fontenaysienne USTT) + Kaïs MADI, 1636 points (Saint-Denis TT93).

Fiche Entraîneur (à remettre au début du stage)

Nom : _____ **Prénom :** _____

Nom + Prénom de l'entraîneur : _____

Téléphone de l'entraîneur : _____

Travail individualisé souhaité :

1- _____

2- _____

3- _____

Travail sur les services :

1- _____

2- _____

3- _____

Remarques sur le joueur ou la joueuse :

1- _____

2- _____

3- _____