

COMPTE RENDU STAGE DEPARTEMENTAL 8 - 10 AVRIL 2019 – BETHUNE – OUTREAU

En ce début de vacances scolaires, nous organisons le dernier stage de cette saison. Beaucoup de nouveaux joueurs ont répondu présents lors de ce regroupement suite aux actions techniques tout au long de la saison pour un total de 19 joueurs, venus de tout le département.

GHIENNE Mathys	PG	ARRAS TENNIS DE TABLE	2011
BULOT Lael	PG	BALINGHEM ALFJP	2010
GALLET Romy	PF	BETHUNE-BEUVRY ASTT	2010
FRUCHART Titouan	PG	BETHUNE-BEUVRY ASTT	2012
LEBACQ Vincent	PG	BULLY LP	2012
HAUER Matthieu	BG	BULLY LP	2009
DELERUE Elena	BF	BURBURE TT	2009
DUDOYER Leo	BG	CALAIS-BALZAC TT	2009
HERBA Léo	PG	CARVIN ATT	2010
FEVRIER Anthony	PG	CARVIN ATT	2013
FEVRIER Julien	PG	CARVIN ATT	2011
GALLET-BECK Eliott	PG	DIVION ASTT	2010
BAILLEUL Julian	PG	HAINES-HULLUCH TT	2010
DUHAMEL Lenny	BG	ISBERGUES MJEP	2008
BOTTE Auguste	PG	LONGUENESSE AL	2010
CARAUX Marius	PG	SAINT-OMER-HELFAUT TT	2010
GRAMMONT Celian	BG	SAINT-OMER-HELFAUT TT	2009
POPRAWKA Mael	BG	SAINT-OMER-HELFAUT TT	2009
BEDNARZ Leo	BG	SAINT-OMER-HELFAUT TT	2008

Le programme du stage était le suivant :

- renforcement du coup droit
- tenue de balle en revers
- travail des rotations
- être capable de jouer la balle à différents moments de la trajectoire
- travail des appuis, de la motricité

On peut se rendre compte que nos joueurs ont beaucoup de difficultés à jouer la balle en coup droit et donc beaucoup de déchets pour terminer le point soit par un mauvais placement (trop loin, trop près) soit par une technique approximative (utilisation de l'épaule, mauvais placement des segments). La tenue de balle devient intéressante chez tous les joueurs mais les déplacements restent assez lents ou les prises de balle trop tardives.

Concernant les rotations, l'action sur la balle est souvent trop légère pour mettre beaucoup de rotation. Un mauvais placement de la raquette et une utilisation légère de la main gênent l'utilisation de l'effet.

Un travail individuel a pu être réalisé pour chaque joueur avec des périodes où les joueurs se retrouvaient en individuel avec un entraîneur.



Le groupe était très réceptif tout au long des trois jours même s'il y a eu une baisse de régime lors de troisième. Les plus jeunes ont pu progresser au contact des plus âgés.

Romain DENISE