



BILAN STAGE DEPARTEMENTAL
15 au 19 Février 2016
Salle spécifique « Albert PERRIGAULT »
CPB RAPATEL

Du 15 au 19 Février 2016 a eu lieu le 4^{ème} stage « perfectionnement » du Comité Ille-et-Vilaine 2015/2016. Ce stage a s'est déroulé dans la salle spécifique « Albert PERRIGAULT » du C.P.B Rapatel.

L'équipe d'encadrement était composée de :

- Olivier GROSDOIGT (Educateur sportif départemental du CDTT35),
- Claire CRUBLET,
- Sylvain GOUAILLIER,
- Sébastien DUBREUIL,
- Julien LELIEVRE,
- Adrien DUPUY,
- Et Tristan LE MOING (stage pratique Entraîneur Fédéral).

OBJECTIFS DU STAGE

Outre le fait de travailler comme à chaque stage la technique gestuelle, de déplacements, les services et leur mise en place tactique, donc de chercher à toujours et encore progresser tout simplement ;

Les objectifs sportifs étaient de commencer à se préparer individuellement aux compétitions à venir, soit :

- Le 4^{ème} tour du Critérium Fédéral Individuel ;
- Le Championnat d'Ille-et-Vilaine Individuels ;
- Voire le Top de Zone pour les plus jeunes (Malenka née en 2008, Enora LE HENAFF née en 2006, Alex FEUTREN né en 2007, et Antonin GUITTOU né en 2009).

23 enfants au total ont participé à ce stage, dont voici la liste :

Nom	Prénom	D-N	nbre	Club	Lundi 15	Mardi 16	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19			
BALCOU MULLER	Malenka	19/01/2008	1	SAINT MEDARD T-T								
LE HENAFF	Enora	18/04/2006	2	CPB RENNES								
LE HENAFF	Anael	18/04/2006	3									
BALCOU MULLER	Kiara- Luna	18/09/2005	4	C.S BETTON								
LANDEAU	Leeloo	02/07/2003	5	A.S GEVEZE T-T								
GUIYOU	Antonin	18/04/2009	6	T.F.T.T								
FEUTREN	Alex	28/01/2007	7	U.S VERN/SEICHE								
HEUGUET	Andréa	09/06/2006	8	ST MALO C.J.F								
ROY	Alexis	17/01/2005	9	U.S BAIN de BRETAGNE								
BAILLIET	Maël	22/02/2005	10	U.S VERN/SEICHE								
VALLEJO	Clément	13/08/2004	11	RENNES AVENIR								
LE MEUR	Thomas	22/12/2004	12	U.S VERN/SEICHE								
LEMIERE	Bastien	20/04/2004	13	U.S LIFFRE								
PETITBOIS	Edwin	27/02/2004	14									
BEHAGHEL	Roch	23/06/2004	15	OC CESSON- SEVIGNE								
DESRIAC	Lucas	08/01/2004	16									
MARCHAND	Yann	14/02/2003	17									
BLEIN	Thomas	13/10/2002	18	C.P.B RENNES								
HERBRETEAU	Adrien	13/07/2001	19	U.S VERN/SEICHE								
HERVAGULT	Gwendal	12/01/2001	20	U.S BAIN de BRETAGNE								
GAUTIER	Balthazar	06/06/2001	21	AVENIR DE RENNES								
DELANGRE	Thibault	07/03/2000	22	U.S BAIN de BRETAGNE								
LAGADEC	Nicolas	06/09/2000	23	J.A MORDELLES								
Nbre de présents					20	20	20	20	20	21	20	20

EMPLOI DU TEMPS

Horaires	Lundi 15	Mardi 16	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19
10h	Accueil	Accueil	Accueil	Accueil	Accueil
10h15	<u>Echauffement physique</u>	<u>Echauffement physique</u>	<u>Echauffement physique</u>	<u>Echauffement physique</u>	<u>Echauffement physique</u>
11h	Circuit de régularité	Circuit de régularité	Circuit de régularité	Circuit de régularité	Echauffement spécifique
12h	Travail Technique Individualisé PANIER DE BALLE	Travail Technique Individualisé PANIER DE BALLE	Travail Technique / Physique intégré PANIER DE BALLE Le Coup-Droit en mouvement Membres Inférieurs en mvt à blanc + x CD (fixe ou en dpt)	Travail Technique Individualisé PANIER DE BALLE	PANIER DE BALLE Physique/Technique alternance : - 1 panier de Travail technique Individualisé - 1 panier de DEPLACEMENTS
12h45	Travail Technique Avec service et/ou remise adapté(e) au coup TK travaillé	Travail Technique Avec service et/ou remise adapté(e) au coup TK travaillé		Travail Technique Avec service et/ou remise adapté(e) au coup TK travaillé	
13h	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER
14h	SERVICES	SERVICES	SERVICES	DOUBLES	TOURNOI
15h	PARRAINAGE (Les entraîneurs font les paires) Régularité en attaque et/ou en top-spins Déplacements réguliers exos de base	PARRAINAGE (Les relanceurs choisissent leur relancé)	PARRAINAGE (Les relancés choisissent leur relanceur)	COMPETITION de DOUBLES	
15h45	<u>SCHEMAS DE JEU</u> :	<u>SCHEMAS DE JEU</u> :	<u>SCHEMAS DE JEU</u> :		
16h15	MONTEES-DESCENTES	MONTEES-DESCENTES	MONTEES-DESCENTES		
16h45	ETIREMENTS	ETIREMENTS	ETIREMENTS	ETIREMENTS	ETIREMENTS
17h	FIN DE JOURNEE	FIN DE JOURNEE	FIN DE JOURNEE	FIN DE JOURNEE	FIN DU STAGE

Bilan général :

Comme à chaque stage départemental, tous les jeunes présents ont montrés une motivation nécessaire à leur progression. C'est agréable pour les cadres qui sont donc aussi motivés pour entraîner ces jeunes dans une ambiance de travail nécessaire aux objectifs à atteindre durant ces stages départementaux.

Merci Claire, Sylvain, Sébastien, Julien, Adrien, et Tristan pour l'encadrement de ce stage.

***Merci aussi au Cercle-Paul-Bert Rapatel
Pour le prêt de la salle***