



## STAGE JEUNES JUILLET 2014

Du lundi 7 au vendredi 11 Juillet 2014 a eu lieu un stage d'été organisé par le Comité d'Ille-et-Vilaine.

Les 24 joueurs présents lors de ce stage étaient : Manon RAMARE (US Vern), Camille VAVASSEUR (Thorigné-Fouillard), Clarisse DUPLAN (Aurore de Vitré), Venceslas DUPLAN (Aurore de Vitré), Maël BAILLET (US Vern), Evan RAIMBAULT (OC Cesson-Sévigné), Nolann MAUDIER (Thorigné-Fouillard), Martin LEVALOIS (OC Cesson-Sévigné), Tom ROLLAND (Thorigné-Fouillard), Lucas DESRIAC (OC Cesson-Sévigné), Titouan TALARMIN (Montfort TT), Morgan DANIEL (EPSG TT), Paul BUREAU (OC Cesson-Sévigné), Nathan BLIN (Thorigné-Fouillard), Jordan AILLARD (Montfort TT), Lucas LE NAGARD (JA Mordelles), Elouan QUEMERE (Montfort TT), Marc FERREZ (TA Rennes), Hugues TOUZET (TA Rennes), Gwendal HERVAGAULT, Antoine LE NAGARD (JA Mordelles), Balthazar GAUTIER (Avenir de Rennes), Nicolas LAGADEC (JA Mordelles), Luc BESNARD (AL Bruz), Gireg GUINARD-BREHE (Aurore de Vitré), Eliot SARDAT (TA Rennes)

L'encadrement était assuré par : Olivier GROSDOIGT, Aloïse BRUGOT, Sarah GAPHIAN, Alexandre BOUFFORT, Adrien DUPUY, Julien LELIEVRE, Sébastien DUBREUIL et Claire CRUBLET.

### LES STAGIAIRES ET LES CADRES DU COMITE



### **Objectifs du stage :**

- Permettre aux jeunes de jouer le plus longtemps possible, afin de réduire la longue coupure estivale ;
- Travailler des nouveautés techniques, les points faibles ou à améliorer ;
- Travailler avec des joueurs de l'ensemble du département (ce sont des partenaires différents de ceux avec lesquels ils pratiquent à l'entraînement)

### **Déroulement des journées :**

La matinée était décomposait en plusieurs temps : l'échauffement et le travail physique (gainage, corde à sauter, circuits d'appuis), le travail de régularité (circuit de régularité), le travail des déplacements, l'apprentissage de nouveautés techniques (travail technique) aux paniers de balles puis sur la base d'un service et le travail de coups déjà acquis (il s'agit donc ici d'un travail de perfectionnement).

L'après-midi est consacrée à un travail de services/remises, de relance (parrainage entre un joueur expérimenté et un joueur un peu moins expérimenté), un travail sur les schémas de jeu à perfectionner (sans comptage et avec comptage) et une partie compétitive sous forme de montée-descente (durant ce temps, les joueurs peuvent mettre en pratique ce qu'ils ont appris pendant la journée).

Chaque demi-journée se clôturait par une séance d'étirements et un petit bilan. L'avant dernière après midi de stage était consacrée au travail des doubles (services et remises, déplacements en double et une partie compétitive avec des matchs). Et le dernier après-midi était quant à lui consacré à un tournoi (matchs en simples).

Il est très important de souligner l'excellente motivation et le très bon investissement de l'ensemble des joueurs sélectionnés pour ce stage.

Nous remercions le club de l'OC CESSON-SEVIGNE pour le prêt de la salle durant tout le stage. Ceci nous a permis d'évoluer dans de bonnes conditions. Merci à eux.

Un grand merci également aux cadres qui ont pu permettre aux joueurs de bénéficier d'un stage de qualité.

Et bravo aux joueurs pour leur implication et leur dynamisme durant l'ensemble du stage.

Claire CRUBLET