



Le 5/11/19



STAGE EXCELLENCE

Les 22/10/19- 23/10/19 à Saint Galmier

Les joueurs présents :

Benjamin :

Baptiste Hertzog (Sobad), Adam Luquet (BM), Juliette Servant (FB), Elissa Mancuso (BB), Hugo Jacquemond (Sobad), Luna Garcia (SCPGBAD), Valentin Pichon (SCPGBAD).

Minime :

Jules Pichon (SCPGBAD), Anaé Digonnet (SCPGBAD), Adrien Arnaudier (SCPGBAD)

Cadet/junior :

Vadim Digonnet (SCPGBAD) Valentin Repita (SCPGBAD), Nathan Luquet (BM), Bastien Servant (FB), Eleonore Cornillon (SCPGBAD), Julie Juan (SCPGBAD), Clemence Jacquemond (SOBAD), Océane Giraud (CBR).

Les joueurs absents :

Benjamin :

Neela Lengue Te(SCPGBAD).

Minime :

Nina Houll (CBR), Maxime Faure BCF), Malo Plotton (CBR), Zoé Rajaud (CBR)

Cadet/junior :

Audrain Raiola (MBC), Thomas Perrin (SCPGBAD), Arthur Servant (FB), Robin Carrot (SOBAD), Noa Plotton (CBR).

Encadrement :

Sylvain Gerbot, Loic Poulat, Kévin Forestier et Nathalie Martin.

Constitution de deux groupes de travail

| G1 | | G2 |
|--------------|----------|----------|
| Hugo | Adrien | Valentin |
| Luna | Baptiste | Vadim |
| Valentin | Adam | Bastien |
| Juliette | Clemence | Nathan |
| | Elissa | Jules |
| | Océane | Eleonore |
| | | Julie |
| | | Anaé |
| | | |
| | | |
| Loic/Sylvain | | Kévin |
| Nathalie | | |

Planning :

le mardi 22

| | | |
|---------------|---|------|
| 9h - 9h15 | Accueil | |
| 9h15 - 10h00 | Echauffement / travail de pieds -gainage | Nath |
| 10h00 - 11h15 | Thème : déplacement arrière -replacement impact 1 | |
| 11h15 - 11h30 | pause gouter | |
| 11h30-12h45 | Reprise du thème: impact 2 | |
| 12h45-13h30 | repas | |
| 13h30 - 13h45 | Reprise activité : jeu | Loic |
| 13h45-15h00 | Travail du service : variation -profondeur-régularité impact 3 | |
| 15h00-15h15 | pause | |
| 15h15-16h45 | Tournoi en simple | |
| 16h45-17h00 | Rangement+ étirements | |

Le mercredi 23

| | | |
|---------------|---|------|
| 9h - 9h15 | Accueil | |
| 9h15 - 10h00 | Echauffement / travail de pieds -gainage | Nath |
| 10h00 - 11h15 | Thème : enchainement FDC/mi-court impact 1 | |
| 11h15- 11h30 | pause gouter | |
| 11h30-12h45 | Reprise du thème: Enchainement FDC ou mi- court/filet impact 2 | |
| 12h45-13h30 | repas | |
| 13h30-13h45 | Reprise activité : jeu | Loic |
| 13h45-15h00 | Travail du service : variation -profondeur-régularité impact 3 | |
| 15h00-15h15 | pause | |
| 15h15-16h45 | Tournoi par équipe | |
| 16h45-17h | Rangement+ étirements | |

Bilan :

Un groupe sérieux et appliqué.

Le déplacement reste un point à vraiment améliorer chez l'ensemble de nos joueurs. Si ce dernier est acquis sur les principes de déplacement notamment le chassé, il reste encore beaucoup trop lent, lié à différents éléments :

- Un mauvais timing de la reprise d'appui.
- Une première poussée souvent pas assez marquée.
- Le rythme pour aller au volant.

Même si la volonté de jouer vite est présente pour l'ensemble de nos joueurs, les frappes de fond de court ressemblent plus souvent à des « passes » qu'à des volants qui font mal à l'adversaire. L'action de « rentrer » dans le volant pour un impact rapide et puissant est loin d'être acquise.

A noter, seulement 17 joueurs sur 28 sélectionnés, c'est dommage, car ces regroupements permettent aux joueurs de découvrir d'autres entraîneurs et surtout de faire connaissance et nouer des liens avec les joueurs d'autres clubs.

Eléments à retenir :

- **Frapper en avançant dans le volant.**
- **Timing de la reprise d'appui.**
- **Rythme de déplacement.**

Compte rendu rédigé par :
Nathalie Martin

Pour le pole éducatif
Fabien Denis

MARTIN NATHALIE

Conseillère Technique Départementale

Comité Départemental Badminton Loire

Téléphone : 06 29 13 53 86
Courrier électronique : nmartin.ctd42@gmail.com
4 rue des Trois Meules 42100 St Etienne

