



Compte-rendu du 2^e regroupement féminin Chatenay-Malabry, le 3 février 2019.

Effectifs :

- 16 féminines issues de 9 clubs – Bourg-la-Reine (1), Chatenay-Malabry (3), Courbevoie (3), Fontenay (1), Issy-les-Moulineaux (2), Levallois (1), Nanterre(2), Plessis Robinson (2) et Rueil (1).
- 6 benjamines, 3 minimes, 1 cadette, 1 junior, 2 séniors et 3 vétérantes.

Encadrement :

- Aurélien POIROT-ZENDER, entraîneur de Bois-Colombes,
- Stéphane PIETU, référent des regroupements féminins

Planning de la journée :

9h30 :	Accueil
9h45 :	Séance du matin
12h30 :	Pause-déjeuner
13h30 :	Séance de l'après-midi
15h :	Compétition individuelle
15h55 :	Retour sur la journée



Bilan de la journée :

2 groupes ont été formés en fonction de l'âge et du niveau.

Bonne dynamique de salle quel que soit le groupe.

Le sérieux dans une atmosphère détendue permettait à chacune des joueuses d'y trouver son compte.

Pour le 1^{er} groupe, la séance du matin a porté sur le travail des liaisons. En situation fermée au départ, les exercices se dirigeaient progressivement vers le jeu libre.

L'après-midi, la séance a porté sur la prise d'initiative derrière le service.

Un travail individualisé fut mis en place en laissant le choix du thème à chaque joueuse pour qu'elle puisse s'investir totalement dans son entraînement.

Pour le 2^{ème} groupe, le top spin du coup droit occupa une grande partie de la matinée. Les exercices proposés variaient en fonction du niveau des joueuses.

L'après-midi, après avoir fait un travail technique sur le service latéral du revers, les joueuses se sont entraînées sur des enchainements à partir de ce service.

La journée s'est terminée sur l'organisation d'un tableau de 16.

Rendez-vous a été donné pour se retrouver au prochain regroupement qui se déroulera à Rueil le 14 avril 2019.

L'équipe d'encadrement.