

BILAN Journée d'entraînement ouverte à tous
Dimanche 03 octobre 2021, Clamart



PARTICIPANTS :

1. MORLEC Stephane	V	CS CLICHY	577
2. VALAKOON Vo-Dang	V	BOURG LA REINE	528
3. VAN LIERDE Mélanie	S	PLESSIS ROBINSON	921
4. STANG Elioth	J	ANTONY	500
5. DUBOIS Frédéric	V	CHATENAY	1009
6. DUBOIS Florian	C	CHATENAY	519
7. BARBIER Daniel	V	VOLTIGEURS BILLANCOURT	948
8. AUBERT Martine	V	CLAMART	520
9. CARIOU Xavier	V	PLESSIS ROBINSON	620
10. VANICHE André	V	ISSY	544

CADRES

Laura PFEFER

Joueuse professionnelle d'Issy les Moulineaux

PROGRAMME :

Matinée :

Echauffement physique

Exercices de rythme, tenue de balle

Panier de balles sur le top-spin coup-droit

Après-midi :

Echange sur les tactiques de match

Matches : TOP 9

BILAN SPORTIF

Belle journée de ping avec des joueurs très motivés et sympathiques.

Un bon niveau pour tout le monde dans la tenue de balle. Il faut continuer à travailler d'avantage le jeu libre avec service.

Retour positif des participants qui aimeraient davantage de journées comme ça. On espère agrandir l'effectif pour la prochaine journée.