

**STAGE DEPARTEMENTAL INTERNAT**  
**1<sup>er</sup> au 5 mai 2023, Chatenay Malabry**  
**Groupes poussins, benjamins et minimes**



**PARTICIPANTS**

1.	BOST Julie	C1	CHATILLON	1041
2.	MAYOMBO Tommy	B2	ANTONY	879
3.	LE CORRE Erwan	M1	ACBB	816
4.	TILLOL DELETANG Martin	M2	MALAKOFF	762
5.	LE ROUX Tom	M1	LEVALLOIS	730
6.	DE MONVAL Axel	B2	ACBB	688
7.	MA DAI Victor	B2	RUEIL	642
8.	LESPINASSE Martin	M1	ACBB	616
9.	ZHANG Théo	B1	ANTONY	584
10.	IZAC Pierre Yves	B2	COURBEVOIE	573
11.	ROULLAND Guillaume	B2	NANTERRE	567
12.	WANG Louis	B1	COURBEVOIE	566
13.	EMEGOUÉ Victor	B1	EPI	562
14.	CAMION Célian	M1	ACBB	546
15.	BLAEVOET Valentin	B1	CLAMART	532
16.	LOUNAS Louise	B1	COURBEVOIE	529
17.	LE NY Anis	P2	RUEIL	525
18.	SAUVAGE Alban	P2	ACBB	517
19.	PEREZ Margaux	M1	NEUILLY	510
20.	MAHE-ASSOULINE Simon	P2	MALAKOFF	503
21.	LESPINASSE Joanne	P2	ACBB	501
22.	LESPINASSE Hugo	P2	ACBB	501

**ENCADREMENT**

-	POIROT ZENDER Aurélien	Bois Colombes
-	PIETU Stéphane	Coordinateur Sportif
-	JAUMOTTE Ludovic	CTD
-	KWIATEK Natacha	CTD

**OBJECTIFS « PING » PRINCIPAUX**

- Déplacement : être capable de bien se déplacer quand je joue, bien tenir ses jambes, bien tenir son corps, bien tenir son déplacement.
- Service / remise : avec le même service être capable de changer d'effet. Service au choix.  
Pour le remiseur : bien voir le changement d'effet et remettre en conséquence.
- Attaque coup droit : essentiellement topspin

Ces objectifs ont été travaillés tous les jours.

## **JOURNEE TYPE**

7h45 : Réveil

8h15 : Petit déjeuner

9h-10h30 : Séance groupe 2 / Groupe 1 : Vidéo, physique, sport collectif

10h30 – 12h : Séance groupe 1 / Groupe 2 : Vidéo, physique, sport collectif

12h : Déjeuner

12h-14h : Pause déjeuner + sieste

14h – 15h : Séance groupe 2 / Groupe 1 temps libre+goûter

15h – 15h30 : Service/remise tous ensemble

15h30 – 16h30 : Séance groupe 1 / Groupe 2 goûter + temps libre

16h30 – 18h : Compétition

18h-19h : douche / téléphone

19h : Diner

19h45 – 21h : veillée

21h : coucher poussins/benjamins

21h30 : coucher minimes

## **BILAN**

Super stage départemental, un stage complet pour tous les joueurs.

Un groupe très très motivé !

22 joueurs, compétiteurs, volontaires, dynamiques, concentrés ...du début jusqu'à la fin du stage malgré des journées bien sportives.

Les objectifs de travail ainsi que les groupes ont été déterminés à la fin de la première matinée, en fonction de ce que nous avons pu observer.

2 groupes ont été constitués : Groupe 1 avec 8 joueurs encadré par Ludo et Natacha, Groupe 2 avec Stéphane et Aurélien.

Les groupes sont restés les mêmes toute la semaine.

Les joueurs du groupe 2 qui se sont « montrés » ont pu doubler les séances afin de s'entraîner avec le groupe 1 également.

La répétition du travail sur les objectifs « ping », ainsi que le fait d'avoir gardé les mêmes groupes sur la semaine, ont permis d'observer de réels progrès au fur et à mesure de la semaine.

Un point très positif.

Le travail physique, les sports collectifs, l'analyse vidéo ont été des petits plus sympas dans la semaine. Les jeunes se sont bien pris au jeu, c'était top !

De très bons moments de compétition, de sacrées émotions. Les jeunes se sont vraiment bien donnés !

Au final, un très bon stage en terme de qualité dans un climat super sympa.