

BILAN REGOUPLEMENT VÉTÉRANS

Dimanche 5 Mars 2023 à Bois-Colombes



Participants :

	N° de licence	Nom	Prénom	Club	Cat.	Points Clt
1	9259633	BENARD	Jean-Claude	ACBB	V2	500
2	922554	BOTTA	Barthélemy	CS Clichy	V3	522
3	9254767	BOURTOUTIAN	Rafi	Rueil ACTT	V1	554
4	9230502	CHILOU	Christian	Bois-Colombes Sports	V2	518
5	9255045	DANIEL	Jérôme	AE La Garenne Colombes	V1	648
6	9259510	DEGUILHEM	Fabien	TTM Châtillon	V1	500
7	9256591	DELANDEMARE	Stéphane	EP Isséenne	V2	518
8	9259555	EL SIDAOUI	Paul	ACBB	V3	500
9	9225202	ESCAFFRÉ	DENIS	Antony Sport TT	V3	500
10	9254394	GALLAIS	Marc	Levallois SCTT	V2	611
11	9237736	HUGEUX	Vincent	EP Isséenne	V3	949
12	9256800	KANAAN	Kamal	Courbevoie Sport TT	V2	500
13	9239403	MORLEC	Stéphane	CS Clichy	V1	531
14	9256816	NYABANGANG	Florence	Levallois LSCTT	V2	500
15	9251862	OLARTE	Louis	Levallois SCTT	V4	500
16	7841435	PARADIS	Frederic	TT Clichy	V2	500
17	9246716	RAVAT	Jean-Loup	Antony Sport TT	V3	678
18	9250780	SIM	Laurent	Levallois LSCTT	V1	500
19	7516253	THEPSUWAN	Kritsomsawan	Levallois LSCTT	V1	1155
20	9213615	VANRENTERGHE	Laurent	Levallois LSCTT	V2	697
21	9259440	VERBRUGGHE	Frederic	Bois-Colombes Sports	V3	500
22	9234732	TRAN	Catherine	Levallois LSCTT	V1	506

CADRES

Alexis DOUIN Joueur professionnel d'Issy les Moulineaux
Kévin PHILIPPO Entraîneur

PROGRAMME :

Matinée : Entraînement - Thème changement de direction

Échauffement physique dirigé par Kévin

Échauffement à la table dirigé par Alexis avec changement de direction

Division en 2 groupes

Exercices de jambes et de schèmes de jeu autour du changement de direction.

Après-midi : Compétition Coupe Davis

Échauffement physique dirigé

Échauffement à la table par équipes.

Matches : Coupe Davis en 2 sets secs + un double en 1 set. Classement individuel et par équipe.

Retour au calme :

Étirements et échanges autour du regroupement qu'ils ont vécu. Retour sur les améliorations possibles.

BILAN SPORTIF

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

Un bon niveau d'investissement et volontaires pour progresser en demandant des conseils. Retour positif des participants qui étaient contents de leur journée. Ils voudraient plus de regroupements au cours de l'année réservés aux vétérans.