

Rapport stage ligue juillet Mâcon

Lieu Macon : centre omnisport de Macon

Date : 16 au 20 juillet 2023

28 enfants

3 cadres

3 relanceurs

Très bon stage dans une bonne ambiance. Les gymnases sont fermés en juillet et n'ouvrent qu'après le 15 août, les jeunes subissent cette situation.

Le stage est utile pour éviter de couper trop longtemps pendant la période estivale. La plupart n'ont pas joué depuis 3 semaines et ne vont reprendre l'entraînement que dans 3 semaines.

En l'absence de Rémy Rebeyrolles pour raison personnelle, j'ai dû m'occuper du groupe 2, constitué : d'un benjamin Lubin Simao (Asptt Romans), d'un minime Nicolas André Poyaud (Al Echirrolles-Eybens), d'un junior Clément Damour (Villefranche tt Cav) et de Cadets : Anaïs Bologna (Chambery), Salomé Dal Pan (Ttbj), Célian Perney (As Crossey), Malo Lefebvre (As Crossey), Anthony Thévenet (Chambery).

Thèmes abordés : la mobilité, la liaison avec et sans incertitude, le changement de rythme.

En Physique : travail œil/main, motricité et temps de réaction, prépa physique générale.

Lubin : a commencé le stage dans le groupe benjamin, est passé rapidement dans mon groupe. Belle progression dans l'attitude (stabilité émotionnelle) et dans sa technique, met plus de balles sur la table, a épuré son jeu.

A travailler : il reste la qualité de touche de balles, le relâchement en top cd (bras qui reste haut surtout sur les balles coupées) et le déplacement dans le plein cd qui reste un secteur de jeu faible.

Nicolas : toujours agréable à entraîner, il cherche à faire de son mieux. Le coude cd est fixé, idem pour le balancier des épaules, efficace en rythme et couvre de mieux en mieux sa table. A gagné en stabilité émotionnelle et dans sa résistance physique à tenir 5 jours de stage.

A travailler : donne trop de points dans la lecture des effets dans le rv en retour de service, parce qu'il cherche systématiquement à démarrer en top, alors qu'il ne lit pas bien la quantité d'effet. Le coude rv me semble haut, le serrage main raquette au contact ne me semble pas optimum. Manque de puissance en attaque, doit compenser par des meilleurs placements de balles et des changements de rythme.

Clément : pour une reprise en stage régional depuis 5 ans à la suite d'une grave blessure au coude, il a su bien s'intégrer et répondre aux exigences demandées d'un stage ligue. Il a été bon dans la prise d'initiative, dans l'engagement physique et dans la concentration pendant l'ensemble des entraînements.

A travailler : être plus patient en contre initiative, se mettre sur sa ligne de sol et gagner en ajustement. Il doit mieux préparer ses points et pas se débarrasser de la balle.

Anaïs : toujours avec le sourire à la table et en-dehors, a progressé dans la régularité de son démarrage cd et joue de temps en temps moins fort.

A travailler : l'utilisation du physique qui n'est pas exploitée, ce qui entraîne un manque d'ajustement dans tous les coups du tennis de table. Doit travailler son habileté.

Salomé :

Excellent stage dans l'attitude à la table et en-dehors, à bien progressé dans la fixation de son cd en top spin, progresse dans son touché de balles.

A travailler : savoir jouer sur différents rythmes, doit progresser en qualité de service.

Célian :

Pour son premier stage ligue, il s'est très bien intégré à la table et en-dehors aux règles. Joueur concentré et appliqué possède un bon touché de balles, belle qualité de service. Joueur avec un jeu créatif et de contre initiative.

A travailler : manque d'impact physique pour finir le point, doit gagner en rigueur pour être efficace avec son système de jeu.

Malo : bon stage, très agréable à entraîner, style de jeu équilibré des deux côtés qui fait peu de fautes.

A travailler : changement de rythme et savoir accélérer en cd pour faire mal à l'adversaire.

Anthony :

Entrée difficile dans le stage comme il n'avait pas joué depuis 3 semaines mais fini fort.

À travailler : manque un coup fort pour changer de rythme. Doit plus s'investir physiquement dans l'impact balle raquette.

Conclusion : bon groupe d'entraînement, mais dans l'ensemble manque d'impact physique : le bras va vite mais le corps ne participe pas suffisamment. Stage très agréable, entre tous les participants, l'après-midi piscine a permis de recharger les batteries et de finir fort le stage. Merci aux relanceurs pour leur investissement dans les séances d'entraînement. Prochain stage à la toussaint à l'arténium du mardi 24 au vendredi 27 octobre.

F.G.