

COMPTE RENDU STAGE BENJAMINS/POUSSINS  
DU VENDREDI 1ER ET SAMEDI 2 SEPTEMBRE 2023 A L'ASUL

**Liste des participants**

JULES CANET P1, CASTELPONTIN  
EVAN BOUVIER P1 , MANTHES  
NOE LATA GRAY P2, GRESIVAUDAN BELLEDONE  
KROL MAXENCE P2, ECULLY  
CASSIOPEE ROUELLE P2 , MONQUI PONG  
LEO MANGONE B1, ECULLY  
HUGO BOURGEOIS B1, THONON  
BAPTISTE PROUVOST B1, PLVPB  
LUCAS TARDY CHOSSON B1, ANNECY  
ENORA MONGIN B1, SASSENAGE  
ROBIN ODOUARD B2, ST CHAMOND  
ARMAND SALGUES B2, GERLAND  
ANTOINE YVON B2, PLVPB  
MATHIEU WAGNER B2, CROSSEY  
VIGO MORALES B2, LA ROCHE  
JEREMIAH SPIRLI B2, CHAMBERY  
CHARLES HARAF B2, GERLAND  
ELENA DE COL B2, ECHIROLLES  
SIRINE GHARSALLAH B2, BOURGOIN  
NOEMIE BESSET B2, LE CHAMBON

**PLANNING**

Vendredi 1 er septembre :

9h30- 10h00 Accueil et prise en main du groupe et Thème du stage  
10h00 - 11h50 Séance : mobilité et régularité en CD et RV sous forme de comptage.  
11h50 - 12h10 Étirements, retour au calme et sur la séance  
12h15 - 13h00 Déjeuner  
13h00 - 14h00 Installation en Chambre et repos en Chambre  
14h Départ Salle TT  
14h10 - 15h30 Séance : jeu en mouvement  
15h30 – 16h30 Travail du Service 30' et 30' sur la remise  
16h30 - 16h45 Pause  
16h45 - 17h40 Travail Physique : atelier jeu de motricité  
17h50 – 18h15 Montée/descente  
18h15 - 18h30 Étirements et retour sur la journée  
18h30 - 20h00 Douche et temps libre (appel à la famille)  
20h00 - 20h30 Repas  
20h30 - 21h15 Temps libre

21h15 Récupération des portables et coucher

Samedi 02 septembre

7h45 Lever

8h00 – 8h35 Petit déjeuner et départ salle

8h45 – 09h45 Séance : Lecture et réponse appropriées des effets en retour de service.

9h45 -10h15 Travail de la qualité de la poussette.

10h15 – 11h30 Travail du top spin sur balle coupé et du jeu en contre initiative.

11h30 – 12h10 Étirements et retour sur la séance

12h10 – 13h00 Déjeuner

13h00 Départ salle TT

13h10 – 13h30 Échauffement en préparation de la compétition

13h30 – 15h30 Temps compétitif : formule à définir

16h30 – 16h45 Rangement de la salle et retour sur les deux jours du stage.

Ce rassemblement B /P à réuni 15 joueurs ( dont 4 poussins) et 5 joueuses ( dont 1 poussine ) . Il avait pour but de voir un maximum de joueurs(euses) avant le début de saison et de savoir si ils étaient capable de dormir loin de chez eux .

Il a eu lieu à l'ASUL dans la salle spécifique, hébergement est situé à 2 minutes à pieds.

Nous avons commencé, sur la 1ère séance, par un échauffement à la table collectif, ce qui nous à permis d'établir 2 groupes, j'ai pris le groupe 1 et fred le groupe 2 avec les relanceuses , Pour la plupart, ils n'avaient pas beaucoup joué pendant l'été.

J'ai axé mes séances sur la tenue de balle, du déplacement et la touche de balle ,  
Tous, se sont montrés appliqués et motivés avec une très grande envie de jouer,

Le lendemain, nous avons réuni les 2 groupes et j'ai pris 2 joueurs pour un travail au panier pendant  $\frac{3}{4}$  heure ce qui fait un total de 6 joueurs sur la matinée .

J'ai axé sur la touche de balle et la technique du top CD et sur le service coupé .

L'après midi, nous avons fait une compétition, 4 poules de 5 et demi-finales, finales entre tous les 1er, les 2èmes, les 3èmes ..etc.

Nous avons constaté une très bonne attitude pendant toute la compétition, pas de pleurs, très peu d'énervement et une très grande envie de gagner.

Le stage s'est bien déroulé , à la salle comme dans l'hébergement dans une bonne ambiance.

Merci à Solene, Auriane et Chloé pour avoir relancé et géré tous ces petits stagiaires, pour qui, la plupart étaient une première. Bravo à tous.

Patrick Peillex

Référent des benjamins