

STAGE POLE ESPOIRS

Du 2 au 4 JANVIER 2019 à AMIENS.



Joueurs présents :

BECOURT Noah (Béthune)
DESCAMPS Corentin (Bruille)
GLEMBA Simon (Roncq)
BELLA Maheïdine (Roncq)
JOVANOVIC Dejan (Lys)
GROLLEAU Lucas (Jeumont)
LOBSTEIN Jules (Carvin)
VAN-LOOY Samuel (Saint Laurent Blangy)
BETRANCOURT Perrine (Bruille CTT)
DUMORTIER Tess (PPC Wattignies)
FARCY Marine (Béthune ASTT)

Entraîneurs :

Christophe Delory (CTL Ligue HdF)
Alice Jonneau (CTL Pôle Espoirs HdF)
Hervé Bize (Vacataire Nord)

Absents :

Blessés : SCIEZYK Victor (Carvin) et GLEMBA Agathe (Béthune)

Stage national : LAM Nathan (Lille) – COTON Adrien et Flavien (Bruille) et FARDEL Kylian (Breteuil)
BELACHE Mélissa (Neuville) et MOBAREK Lucie (Béthune)

Autres stages : Les juniors garçons

Hébergement, restauration et lieu d'entraînement :

Etablissement Scolaire Saint- Martin à Amiens

Horaires types :

7h15 Réveil
7h30 Réveil musculaire
7h45 Petit Déjeuner
9h15 à 12h Séance
12h30 Déjeuner
13h30 à 14h45 Sieste
15h à 18h15 Séance
18h45 Dîner
19h30 Séance
21h30 Coucher

Thèmes de travail :

- * Travail de déplacement
- * Travail physique
- * Travail tactique
- * Remise de service + enchaînement

Après une bonne semaine de repos, nous avons réalisé un stage de 3 jours en raison des fêtes de fin d'année.

L'objectif était de reprendre du rythme le plus rapidement possible en vue de préparer la seconde phase. Un travail tactique a été mis en place avec des discussions accentuées entre les entraîneurs et les joueurs. Le but étant de les questionner davantage sur leur façon de jouer et de mieux comprendre « leur ping ».

Le prochain stage aura lieu à Amiens du 12 au 15 Février avec un effectif plus complet.

Christophe DELORY