

STAGE DETECTION LIGUE du 18 AU 21 AOUT 2019 à AMIENS



Joueurs présents :

BASTIEN Sacha (Buire CTT)
GAMARD Simon (Longueau ESC)
REVAUX Simon (Amiens ASTT)
THEIS Maël (Béthune ASTT)
LACOMBLED Evan (ST Quentin TT)
NOIRET Louis (Breteuil WGTT)
DUCROS Théo (Breteuil WGTT)
TRASCU Emma (Abbeville AC)
BRAYELLE Manon (Roost Warendin AS)
SENCE Manon (Béthune ASTT)
MAFILLE Alanis (ST Quentin TT)

Cadres :

THUILLIEZ Claude CTL
NOUVIAN Pascal
AMBEZA Fabien
HAVARD Loïc (Comité 02)
HUON Antoine (Stagiaire CQP)

Hébergement, restauration et lieu d'entraînement :

Collège Saint Martin, Amiens

Ce stage de reprise n'a réuni qu'un faible effectif de 11 joueurs en raison d'une convocation envoyée tardivement à l'issue du stage intercomités de juillet.

Ce point devra être corrigé à l'avenir.

Horaires types :

7h30 Réveil
7h40 réveil musculaire
et travail de services
8h15 Petit Déjeuner
9h15 à 12h Séance
12h15 Déjeuner
13h30 à 14h45 Sieste
15h à 17h45 Séance
17h45 à 18h15 jeu
collectif
18h45 Dîner
19h30 Temps libre
21h15 Coucher

Objectifs de travail :

En ce début de saison, les objectifs essentiels de ce stage se sont portés sur :

- au plan technique :
 - * la compréhension et la maîtrise des rotations
 - * les déplacements latéraux et le pas croisé
 - * les changements de rythme
- un travail physique basé sur :
 - * l'équilibre,
 - * l'éducation à la respiration durant l'effort

Ce stage aura permis de reconstituer un groupe détection 2019 - 2020, qui devrait s'étoffer dès le mois d'octobre.

Ce groupe, très jeune, vit dans une ambiance saine et travailleuse.

Remerciements à l'encadrement.

Claude THUILLIEZ