



LIGUE HAUTS-DE-FRANCE DE TENNIS DE TABLE

Siège : 32 rue d'Abbeville, 59400 CAMBRAI

☎ : 03 27 79 67 00 @ : contact@liguehdfft.fr - 🌐 <https://liguehdfft.fr>

Pôle de Beauvais : BP 90966 60009 BEAUVAIS CEDEX ☎ : 06 24 63 23 63

@ : contact.sportif@liguehdfft.fr

Réf.: 43-FD-SB-2026-02-23-27-Inscription EF

aux

Présidents des Clubs de la ligue Hauts-de-France
S/c des Correspondants.

Pour information :

Aux Membres du Conseil de Ligue

La Commission Régionale de l'Emploi et de la Formation "Technique" organise une formation

Entraîneur Fédéral

***du lundi 23 février 2026 à 9h00 au vendredi 27 février 2026 à 16h30
au Collège Saint Martin, 68 rue Delpech à AMIENS***

Cette formation théorique sera suivie d'un stage pratique de 3 jours sur un club et lors d'un stage départemental.

➤ **Conditions requises pour s'inscrire à cette formation :**

- ✓ Être titulaire du diplôme « Entraîneur Régional », ou « Animateur Fédéral »
- ✓ Être licencié traditionnel FFFT pour la saison en cours.
- ✓ Appartenir au moins à la catégorie Junior 1
- ✓ Le diplôme d'Arbitre Régional ou le grade Arbitre théorique est obligatoire pour passer l'examen.

Une formation d'arbitre théorique sera programmée selon les besoins pour ceux et celles qui n'ont pas le grade AR, merci de vous rapprocher de Monsieur ZAKRZEWSKI

✉ michael.zakrzewski@gadz.org

➤ **Participation financière :**

360 € par stagiaire, ce coût englobe les 8 jours de formation (5 jours de formation groupée et 3 jours de mise en situation pratique). L'hébergement ainsi que la restauration des 5 jours de formation groupée sont inclus dans ce tarif.

➤ **Mode de paiement :**

Privilégiez le virement bancaire ou postal sans oublier l'avis de virement. Le règlement peut se faire également par chèque libellé à l'ordre de la Ligue Hauts-de-France de Tennis de Table, qui devra accompagner le bulletin d'inscription et de renseignements ci-dessous.

- **Date limite des inscriptions :** fiche à retourner **pour le 30 janvier 2026** dernier délai avec l'autorisation parentale réservée uniquement aux mineurs.
(Aucune inscription par téléphone ou hors délai ne sera acceptée).

- **Informations pratiques :** prévoir une tenue de sport, deux paires de chaussures de sport (salle et extérieur), de quoi prendre des notes, prévoir une alaise, un oreiller, un sac de couchage, un réveil et une gourde.

La responsable se réserve le droit d'annuler ce stage si le nombre de participants est insuffisant. Veuillez avoir la gentillesse de prévenir les personnes susceptibles de participer à ce stage.

Responsable Technique de la Formation
Franck DELCAMBRE

Contenus et planning prévisionnel

ENTRAÎNEUR FEDERAL : A partir de Junior 1^{ère} année

Perfectionner, faire comprendre :

L'analyse du match au service de la construction d'une séance adaptée (démarche d'enseignement pour un groupe)

Concevoir une démarche d'enseignement pour faire progresser : analyser le joueur (interpréter l'observation), adapter la situation proposée (partenariat, opposition, panier de balle...) en fonction du joueur (modifier les paramètres de l'exercice si besoin), et pouvoir démontrer si besoin.

Il s'adapte à son public.

Certification : L'examen (3 épreuves) + Présence à la formation + Attestation des heures en situation pédagogique

Compétences <i>Etre capable ...</i>	Activités	Connaissances	Horaires	Certification
D'adapter sa pédagogie en fonction du public	Proposer des actions fédérales aux pratiquants de son club	Connaissance de tous les outils fédéraux Règlementation institutionnelle et actions du comité ou ligue	14h + 5h FOAD	<p style="color: #C00000; font-weight: bold;">Examen avec 3 épreuves :</p> <p>1- observation d'un joueur / analyse du jeu / entretien avec jury (15mn)</p> <p>2- construction d'une séance collective de 1h30 / menée de séance (avec une situation au panier de balles) - / entretien avec jury (45 mn)</p> <p>3- démonstration "expliquée" de 2 familles de coups (20mn)</p> <p style="text-align: center;"><i>Présence à la formation</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Attestation de stage</i></p>
	Transmettre dans une optique de plaisir	Le plaisir de la pratique pour faire ressortir 3 éléments : gagner/transpirer/s'amuser		
De contribuer à la progression tactico-technique des différents joueurs	Individualiser dans le collectif (faire évoluer la situation par rapport au joueur)	Techniques d'animation collective et individuelle	21h + 5h FOAD	
	Analyser les caractéristiques techniques et tactiques d'un joueur	Savoir définir le profil, système des joueurs (intentions tactiques/ schémas de jeu / lignes de sol / coups utilisés / le coaching) / L'éducation mentale/ Le double (FOAD)		
	Utilisation de l'outil panier de balles à partir d'objectifs précis	Savoir construire des schémas de jeu cohérents (perfectionnement du joueur à l'aide du panier de balles)		
	Faire évoluer une séance prédéfinie en variant les paramètres du jeu et les incertitudes	Paramètres du jeu, incertitudes, actions sur la balle		
	Démontrer et expliquer les différentes familles de coups techniques	Exhaustivité des coups techniques (les variantes)		
Savoir développer les qualités spécifiques du TT	L'échauffement : différents types, les qualités spécifiques du TT, l'éducation mentale (Généralité, relation entraînement/compétition)	7h		
Intégrer les Piliers de la Performance (sensibilisation)	Connaissances biomécaniques sur la gestuelle (et variantes des coups)			
Préparation à l'examen				

Proposition de planning ENTRAÎNEUR FEDERAL : Pédagogie - Tactico-technique

JOUR 1		JOUR 2		JOUR 3		JOUR 4		JOUR 5	
9h-10h30	Accueil : Présentation de l'EF Retour sur la FOAD	9h-10h	Tactico-technique : Les leviers de la performance	9h-11h	Tactico-technique : Analyse de matchs /observation du joueur	9h-11h	Pédagogie :: - adapter l'exercice au joueur - individualiser - observer, corriger	9h-11h	Préparation à l'examen (épreuves 1 et 2)
10h30-12h	Tactico-technique : Paramètres, action sur la balle, incertitudes	10h-12h30	Tactico-technique : Démonstration coups techniques	11h-12h		11h-12h		11h-12h	
14h-16h	Pédagogie : Connaissance des outils fédéraux + mise en pratique - Fit'ping - Ping Santé	14h-16h	Tactico-technique : Démonstration coups techniques (avec jeu à blanc & explications)	14h-16h	Pédagogie collective : - intervenir/animer - rôle de l'entraîneur	14h-16h	Tactico-technique : Le capitanat L'utilisation du panier de balles	14h-15h30	Préparation à l'examen (épreuve 3)
16h-18h		16h-18h		16h-18h	- transmettre dans une optique de plaisir	16h-18h	Préparation physique intégrée (circuit training motricité, paniers joués...)	15h30-18h	Questions / réponses Bilan de fin de formation

FICHE D'INSCRIPTION

à retourner pour le 30 janvier 2026

NOM (majuscules) : _____ Prénom : _____

Date de naissance :

--	--	--	--	--	--

Adresse personnelle : _____

Code postal :

--	--	--	--	--

 Ville : _____

☎ :

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

 📠 : _____

📠 :

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Situation professionnelle : _____

Club : _____ N° Licence :

--	--	--	--	--	--	--	--

 Classement : _____

Département : _____

Joindre obligatoirement l'attestation :

☞ D'obtention du diplôme d'Entraîneur Régional ou d'Animateur Fédéral

Je me porte candidat(e) au stage d'entraîneur fédéral

du lundi 23 février au vendredi 27 février 2026

Ce stage se déroule en internat (hébergement et restauration sur place).

Cette fiche est à retourner impérativement pour **le 30 janvier 2026 dernier délai** accompagnée du moyen de paiement ou de l'avis de virement.

Ligue Hauts-de-France de Tennis de Table

32 rue d'Abbeville

59400 CAMBRAI

Date : _____

Signature : _____

Les informations recueillies sont nécessaires pour votre inscription.

Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent.

Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser à Ligue Hauts-de-France de Tennis de Table, 32 rue d'Abbeville 59400 Cambrai.

Programme de la Formation d'Entraîneur Fédéral



LIGUE HAUTS-DE-FRANCE DE TENNIS DE TABLE

Siège : 32 rue d'Abbeville, 59400 CAMBRAI

☎ : 03 27 79 67 00 @ : contact@liguehdfft.fr - 🌐 : https://liguehdfft.fr

Pôle de Beauvais : BP 90966 60009 BEAUVAIS CEDEX ☎ : 06 24 63 23 63

@ : contact.sportif@liguehdfft.fr

FORMATION ENTRAINEUR FEDERAL Du lundi 23 février au vendredi 27 février 2026 à Amiens

AUTORISATION PARENTALE

A COMPLETER UNIQUEMENT POUR LES MINEURS et à renvoyer au secrétariat de la ligue à CAMBRAI POUR le 30 janvier 2026 dernier délai avec la fiche d'inscription.

Je soussigné(e), M, Mme _____², père, mère,

Adresse :

responsable légal¹ de _____²

autorise l'encadrement à prendre toutes les dispositions rendues nécessaires par l'état de santé de l'enfant désigné ci-dessus (visite médicale, hospitalisation, intervention chirurgicale d'urgence, ...) selon les prescriptions médicales.

INFORMATIONS INDISPENSABLES EN CAS DE BESOIN MEDICAL :

N° de sécurité sociale :

Nom du médecin traitant :

Adresse du médecin traitant :

L'enfant suit-il un traitement actuellement ? : OUI - NON¹

Si OUI, lequel ? : _____⁴

Personne à prévenir en cas de problème : _____²

N° de téléphone des ou du tuteur légal : _____

Fait à : _____ le _____

Nom et Prénom du responsable légal :

Signature du responsable légal³

¹ Barrer la ou les mentions inutiles

² Inscrire le NOM (majuscules) et le Prénom

³ Faire précéder la signature de la mention "Lu et approuvé"

⁴ Joindre l'ordonnance du médecin traitant

