

## Stage pôle : Du 20 au 24 Avril à Saint-Quentin

### Effectifs :

- **joueurs du pôle:** Jennah Ali Ou Lahcen, Lescroart Nilagnan, Horlaville Noann, Girard Thomas, Legrand Antonin, Guyot Charlotte, Varlet Denis Zoé, Baquet Léo, Sebbe Blanche
- **joueurs extérieurs Ligue :** Bataille Alyssia, Surand Eva, Dessage Pierre, Gentil Anais, Quevrex Louis, Pomart Ruben, Verwaerde Victor, Pomart Niels, Gallement Marius, Legros Clement, Moreels Chloé, Leroux Léa
- **Cadres:** Baudoux Nicolas, Jacques Quentin, Havard Loic, Delcambre Franck



Le stage du Pôle Espoirs Hauts-de-France, organisé du 20 au 24 avril dans le cadre de la préparation aux Championnats de France, s'est déroulé dans d'excellentes conditions. Accueillis au sein du club de Saint-Quentin Tennis de Table, nous avons pu bénéficier d'infrastructures de grande qualité, permettant d'élever significativement le niveau et l'exigence des séances d'entraînement.

Un grand remerciement est adressé au président Julien Thaissart ainsi qu'à l'organisateur logistique Damien Sebbe pour leur accueil et leur implication, qui ont largement contribué à la réussite du stage, tant sur le plan sportif que sur les conditions de vie (salle, hébergement et restauration).

Sur le plan sportif, les joueurs ont montré une montée en puissance progressive tout au long du stage, en lien avec l'objectif principal de préparation aux échéances nationales. L'intégration de nouveaux profils a permis de renforcer la dynamique régionale et d'apporter une diversité intéressante au groupe. Dans l'ensemble, les joueurs ont fait preuve de sérieux, d'investissement et de cohésion, contribuant à une excellente ambiance de travail.

Un grand merci à Hucliez Stephane, qui a pu intervenir toute la journée du mercredi sur le stage pole mais aussi détection.

L'organisation quotidienne était structurée et rigoureuse, avec un lever à 7h15, suivi du petit-déjeuner à 7h30. Les séances d'entraînement se déroulaient de 9h à 12h, puis de 15h30 à 19h, encadrées par un temps de récupération après le déjeuner pris entre 12h30 et 13h30. Les soirées, après le repas de 19h30, étaient consacrées à des temps libres, favorisés par un hébergement de qualité proposant notamment des espaces de détente (baby-foot, billard), permettant aux jeunes de récupérer dans de bonnes conditions tout en renforçant la cohésion du groupe.



Ce stage a ainsi constitué une très belle semaine de travail et de vie collective, pleinement réussie tant sur le plan de la performance que sur celui de la dynamique humaine, et représente une étape importante dans la préparation des Championnats de France.

Delcambre Franck