

Local : Silver Star

Entraîneur principal : Fabien Fournot

Entraîneur adjoint/ relanceur : Salim Karam

13 Présents :

- Delvecchio Amélie
- Fischer Elisa
- Oberhansli Tithia
- Santa Cruz Céline
- Stoll Yara
- Yeo Isabelle
- Desroches José
- Dupuy Camponogara Robin
- Giezendanner Ilan
- Kurz Adrien
- Mac Hugo Sam
- Nguyen Yvan
- Rochat Mathias.



Un regroupement qui fait suite à celui de la veille à Veyrier pour les U15. Une très bonne ambiance et des joueurs qui malgré leur participation au regroupement de la veille qui les a un peu émoussés, ont su trouver les ressources pour être investis durant toute la journée.

Programme du stage :

9h30/9h45 : accueil

9h45/10h15 : échauffement/ jeu collectif

10h15/10h45 : travail du service. Les 10 premières minutes étaient consacrées à la touche et les 20 minutes suivantes à l'efficacité. Un point a été rappelé sur les différents possibles dans le tennis de table et comment toucher la balle pour les réussir.

10h45/12h : travail du rythme et tenue de balles.

12h/12h30 : travail de la touche sous forme de match

12h30/13h30 : repas

13h30/14h : discussion sur le thème de « comment se préparer à une compétition importante ».

14h/14h30 : atelier de travail des appuis.

14h30/15h45 : échauffement à la table et travail de schémas de jeu.

15h45/16h : étirements et bilan de la journée.

Un grand merci au club du CTT Silver Star pour la mise à disposition de leur local.

Enfin merci à l'AGTT pour l'organisation de ces regroupements qui permettent à chaque fois aux jeunes de pouvoir faire évoluer leur « ping » entre joueurs de clubs différents.

Fabien Fournot
responsable de ce regroupement