



Compte rendu du stage régional Jeunes Du 20 au 22 octobre 2014 à Ollioules



La Ligue PACA de Badminton a organisé le stage régional jeune des vacances de la Toussaint à Ollioules (Var) du 20 au 22 octobre 2014, vous trouverez ci-dessous le compte rendu de cette action.



Organisation : gymnase Piemontesi (5 terrains), restauration à la cantine de l'école les marronniers le midi et restaurant Flunch le soir, hébergement à l'hôtel B&B d'Ollioules.

Encadrement : Fabien JACOB, cadre technique de la Ligue
Patrick ROSSI, membre de l'ETR
Jean-Pierre RINCKENBACH, entraîneur assistant
Estelle MARGOTIN, entraîneur en formation
Maryline GASSION, animatrice séance d' « aérobad »

Joueurs sélectionnés :**Poussins :**

Yoan BARBIERI (P2)
 Simon BARRON (P2)
 Quentin AMIOT (P2)
 Mathias RODRIGUES (P2)
 Eliot VORUZ (P1)
 Cioban MEIRINHO (P2)

Benjamins :

Marine GASSION (B1) Théo VAUR (B2)
 Karla VERKINDT (B1) Gil FABRE (B1)
 Marie COLARD (B2) Gabriel RODRIGUES (B2)
 Anouck PERRIN (B2) Jérémy POTIN (B2)
 Julien COLARD (B1)
 Yvan KOVACEVIC (B2)
 Aurélio RICCO (B1)
 Nicolas CALAMEL (B2)

Programme du stage :

Lundi 20 octobre	Mardi 21 octobre	Mercredi 22 octobre
<u>Matin:</u> 10h00: accueil et échauffement Travail du déplacement sous forme d'aérobic <p style="text-align: right;">Maryline</p> 12h: repas	<u>Matin:</u> 9h00 : échauffement La couverture du terrain en simple, travail en surnombre en situation d'attaque et de défense. <p style="text-align: right;">Fabien</p> 12h : repas	<u>Matin:</u> 9h00 : échauffement Où et comment attaquer et défendre en double <p style="text-align: right;">Patrick</p> 12h : repas
<u>Après-midi:</u> (14h-17h) 14h00 : échauffement. Maîtriser le jeu au filet en simple et les déplacements vers le fond à partir de la zone avant. <p style="text-align: right;">Patrick</p>	<u>Après-midi:</u> (14h-17h) 14h00 : échauffement. Les premiers coups de l'échange en double dans un but d'avoir l'attaque <p style="text-align: right;">Fabien</p>	<u>Après-midi:</u> (13h30-17h) 14h00 : échauffement. Matches de simple 17 h00 : fin de séance et du stage

Bilan général :

Suite à un début de saison très chargé pour la majorité des minimes et cadets du collectif régional jeune, nous avons décidé de convoquer sur le stage des vacances de la Toussaint uniquement des joueurs des catégories poussins et benjamins. L'idée étant d'en réunir un grand nombre afin de préparer notre « élite » de demain. Force est de constater que nos poussins se font rares... la sélection a été établie en fonction des résultats des 1^{er} Trophées Régionaux et Inter régionaux et des divers retours obtenus des membres de l'ETR et des référents territoriaux.

Outre les thèmes spécifiques de chaque séance que vous pouvez trouver dans le tableau ci-dessus, le fil conducteur de ce stage aura été la volonté de faire comprendre aux joueurs qu'ils évoluent dans un rythme et une intensité de jeu trop basse. Etant donné le niveau des meilleurs joueurs français, la référence en la matière ne doit plus être le niveau national (TNJ) mais plutôt le niveau européen. Les observations réalisées lors de la Danish Cup (mi-octobre 2014) montrent que nos joueurs ont certes, pour la plupart, un bagage technique très intéressant mais que leur vitesse d'exécution et

d'évolution est quant à elle trop lente. Nous avons donc insisté à de nombreuses reprises sur ce point afin que le message soit bien entendu par l'ensemble du groupe. Les joueurs ont semble t-il été assez attentifs aux diverses remarques et ont su évoluer dans le bon sens tout au long des trois jours. Bien entendu ce travail sera payant uniquement si cette intensité est recherchée à tous les entraînements de club et du SER. Nous avons également innové lors de ce premier stage de la saison en proposant aux joueurs une première séance d' « aérobic » sous la houlette de Maryline GASSION. Une très belle initiative à renouveler sur les prochains stages !

Pour finir je tiens à remercier au nom de la Ligue le club d'Ollioules et Jean-Pierre RINCKENBACH pour tout le travail réalisé afin d'accueillir ce stage. Merci également à Patrick et Maryline pour leur engagement et la qualité de leurs interventions et enfin à Estelle pour sa motivation et son envie de se former afin de devenir une professionnelle du badminton.

Vous trouverez ci-dessous le bilan de chaque séance, pour le bilan individuel de chaque joueur merci de me contacter directement.

Bilan des séances :

Chaque séance était placée sous la responsabilité d'un des membres de l'encadrement, les autres entraîneurs l'assistant dans les divers exercices.

Lundi 10h/12h responsable de la séance, Maryline GASSION (professeur d'EPS) :

« Allier l'aérobic au badminton, pourquoi pas ? L'objectif de cette expérience était de travailler la coordination, l'agilité, l'endurance mais aussi les déplacements spécifiques du badminton d'une manière inhabituelle pour les joueurs. Dès l'échauffement, l'ensemble des joueurs (4 filles et 14 garçons) s'est pris au jeu et s'est laissé emporter par le rythme de la musique (source très motivante pour eux). L'effort demandé devient donc plus « facile ». L'apprentissage des différentes parties a ensuite permis de « tester » la concentration et la mémorisation chez nos jeunes joueurs. Il en ressort aussi une bonne qualité de coordination chez la plupart d'entre eux. La partie « endurance » qui consistait à reproduire la chorégraphie sur un rythme soutenu pendant 8 minutes a été réalisée par l'ensemble des joueurs. Toutefois, on peut constater que les déplacements perdent en qualité (timing non respecté ou appuis mal positionnés) au fur et à mesure que la fatigue s'installe. Ce point serait donc à travailler pour une séance future. En règle générale, le bilan est très positif tant dans la motivation des joueurs pour ce genre de séance que dans l'effort physique fourni. »

Vous pouvez retrouver un montage vidéo de la séance vécue par les joueurs à l'adresse suivante :

<http://youtu.be/DBIEYLoRPnU>

Lundi 14h/17h responsable de la séance, Patrick ROSSI (membre de l'ETR) :

« Le jeu au filet en simple et l'enchaînement de déplacements vers l'arrière dans le but de conserver l'attaque : les exercices mis en place nous ont amené à constater la nécessité de travailler les reprises d'appuis orientées, à la fois vers le filet après un contre amorti (afin de couvrir l'avant pour tenter un rush), mais également vers l'arrière pour se prémunir des lobs de l'adversaire. En complément les joueurs devront veiller à :

- Augmenter le fléchissement des jambes pour un déplacement plus rapide.
- Préparer la raquette pour être prêt pour le coup suivant, d'une part pour être prêts pour « rusher » le volant en cas de contre-amorti de l'adversaire, mais aussi lors du pivot et du déplacement vers l'arrière, car les joueurs ont tendance à la baisser, ce qui engendre une frappe en retard et un déséquilibre arrière.
- Veiller à construire et conserver une intensité de jeu et un rythme de déplacement élevé.

Les joueurs ont eu une bonne attitude de manière générale, et ont été à l'écoute des consignes. »

Mardi 9h/12h responsable de la séance, Fabien JACOB :

« **La couverture du terrain en simple en situation d'attaque et de défense.** L'objectif de cette séance était de développer les capacités de déplacement des joueurs en partant de situations très simples et fermées en allant vers des situations bien plus ouvertes et donc compliquées à gérer. Le fil conducteur restant le même à savoir : développer le jeu à un rythme soutenu et intensif tout en étant régulier. Les joueurs ont très bien négocié les premiers exercices durant lesquels l'incertitude des relances était volontairement très faible. Ils ont pu se concentrer sur leur rythme de déplacement et l'intensité des échanges. Les plus grosses lacunes sont apparues lorsque nous avons demandé aux relanceurs de mettre de l'incertitude et également lors des situations de surnombre (2 contre 1 et 3 contre 1). Toutefois dans l'ensemble les joueurs ont réalisés une très bonne séance et se sont battus « comme de beaux diables » afin de respecter les consignes. Nous les avons félicités pour leur investissement et incités à bien garder en mémoire ce qu'il avait été capables de réaliser afin que cela devienne le socle de leurs futurs entraînements. »

Mardi 14h/17h responsable de la séance, Fabien JACOB :

« **Aspects tactico-techniques des premiers coups de l'échange en double :** une fois de plus ces thèmes apparaissent dans le programme d'un stage régional... il faut dire que les observations faites lors des différents tournois nous montrent que les joueurs ont encore beaucoup de mal à concevoir le double comme un « jeu » différent du simple. Dans les 1ers coups de l'échange chaque joueur à son rôle et doit communiquer notamment au service ses choix avec son partenaire. Nous avons beaucoup insisté sur les options à prendre et le rôle de chacun des partenaires afin que les ces premiers coups soient vraiment joués et moins subits. Les notions de rythme et d'enchaînement des frappes (toujours être prêt pour le coup suivant) ont été abordées à de nombreuses reprises. Sachant qu'environ 70% des échanges en doubles se terminent avant la 4^{ème} frappe, ces thèmes sont essentiels à travailler. »

Mercredi matin 9h/12h encadrée par Patrick ROSSI :

Où et comment attaquer et défendre en double ? Lors de cette séance nous avons pu observer que les joueurs ne prennent pas assez en compte le placement et la posture (orientation des appuis, prise et orientation de la raquette) de leurs adversaires lorsqu'ils sont en situation d'attaque et de défense en double. Les choix sont trop souvent « réflexes » et pas assez réfléchis, en tout cas pas adaptés aux différentes situations. Ils devront à l'avenir veiller à quels profils de joueurs ils ont en face d'eux. En outre, la maxime : « Bonne défense, j'avance ! » n'est pas assez mise en place. Lors de la reprise d'attaque, le joueur a du mal à percevoir le bon moment pour suivre son volant et prendre le filet (attitude absente ou à contretemps). La prise d'information doit être travaillée afin que les joueurs identifient mieux le moment où les adversaires ne sont plus en situation d'attaque. D'autre part, les enfants ont beaucoup de mal en double à jouer « avec » leur partenaire, ils sont plus souvent dans une démarche de jouer « à côté ». il faudra donc veiller à construire l'imbrication et l'interdépendance des actions des deux joueurs. Par exemple, sur une frappe d'attaque en fond de court, la posture du partenaire au filet trop attentiste. Il devra veiller à reculer vers son partenaire smacheur et avancer tout de suite après la frappe, raquette haute et orientée vers le haut du filet. Enfin, nous remarquons une réelle difficulté à impacter le volant, les mobilisations dynamiques des ceintures scapulaires et abdominales sont trop réduites. Les joueurs doivent développer leur technique de frappe (relâché/serré, fluidité, vitesse de rotation) afin d'acquérir des frappes plus agressives.

Résultats des matchs du mercredi après-midi :

1^{er} tour

	Marie	Marine	Anouck	Karla
Marie (0V)		21/10-20/22-18/21	21/19-14/21-12/21	18/21-21/14-5/11
Marine (1V)	10/21-22/20-21/18		14/21-9/21	19/21-21/14-14/21
Anouck (3V)	19/21-21/14-21/12	21/14-21/9		21/14-21/12
Karla (2V)	21/18-14/21-11/5	21/19-14/21-21/14	14/21-12/21	

	Cioban	Eliot	Simon	Mathias	Quentin	Yohan
Cioban (1V)		11/4-11/5	7/11-4/11	5/11-10/11	4/11-7/11	7/11-5/11
Eliot (0V)	4/11-5/11		3/11-7/11	4/11-5/11	1/11-6/11	0/11-1/11
Simon (5V)	11/7-11/4	11/3-11/7		11/7-11/8	11/6-10/11-11/8	11/7-11/6
Mathias (3V)	11/5-11/10	11/4-11/5	7/11-8/11		7/11-11/6-11/9	1/11-9/11
Quentin (2V)	11/4-11/7	11/1-11/6	6/11-11/10-8/11	11/7-6/11-9/11		7/11-7/11
Yohan (4V)	11/7-11/5	11/0-11/1	6/11-7/11	11/1-11/9	11/7-11/7	

	Aurélio	Yvan	Nicolas	Julien
Aurélio (0V)		2/11-11/9-7/11	8/11-4/11	7/11-0/11
Yvan (2V)	11/2-9/11-11/7		11/9-11/5	7/11-7/11
Nicolas (2V)	11/8-11/4	9/11-5/11		11/7-11/6
Julien (2V)	11/7-11/0	11/7-11/7	7/11-6/11	

	Gil	Théo	Gabriel	Jérémy
Gil (1V)		9/11-7/11	8/11-11/4-11/10	11/9-4/11-10/11
Théo (3V)	11/9-11/7		11/9-11/9	11/7-11/5
Gabriel (1V)	11/8-4/11-10/11	9/11-9/11		11/8-11/9
Jérémy (1V)	9/11-11/4-11/10	7/11-5/11	8/11-9/11	

2^{ème} tour :

	Cioban	Eliot	Aurélio	Mathias	Quentin	Yoan
Cioban 2V		15/11	15/13	8/15	11/15	13/15
Eliot 0V	11/15		12/15	10/15	Non joué	13/15
Aurélio 1V	13/15	15/12		10/15	7/15	Non joué
Mathias 4V	15/8	15/10	15/10		15/13	14/15
Quentin 3V	15/11	Non joué	15/7	13/15		15/12
Yoan 3V	15/13	15/13	Non joué	15/14	12/15	

	Simon	Yvan	Nicolas	Jérémy
Simon (3V)		15/8	15/14	15/12
Yvan (1V)	8/15		15/9	11/15
Nicolas (0V)	14/15	9/15		11/15
Jérémy (2V)	12/15	15/11	15/11	

	Julien	Théo	Gabriel	Gil
Julien (0V)		12/15	7/15	13/15
Théo (3V)	15/12		15/11	15/11
Gabriel (2V)	15/7	11/15		15/8
Gil (1V)	15/13	11/15	8/15	

Pour tout renseignement complémentaire n'hésitez pas à me contacter.

Fabien JACOB
Cadre Technique
Tel : 06.33.69.53.66