

Compte rendu du stage territorial groupe U16 espoirs zone nord Albi Lasbordes le 17 avril 2018

ENCADREMENT : Bruno MICHEL BEES 2nd degré

PARTICIPANTS :

- ALRIC Léo Paul B1
- BARON Gabin PS2
- BONILLA RAYNAUD Noé 10 ans
- HUYNH Alexandre B1
- HUYNH Maxence M2
- KRAJKA Ana PS1
- KRAJKA Roman B1
- ROBERT Léa PS2



1-CONDITIONS D'ENTRAINEMENTS

Bon accueil : secrétariat, mise à disposition des installations, heures de départ sur le parcours réservées
Structure permettant l'évolution d'un petit groupe sur des zones de bonnes qualités mais petites

L'éloignement du practice est le seul point critique en raison de la dangerosité du trajet avec un groupe d'enfants

2-THEME DU STAGE

Du chipping au wedging : sensibilisation sur la gestion de la distance

OBJECTIF : le joueur doit prendre conscience des différentes possibilités pour travailler ses profondeurs et trajectoires dans ce secteur de jeu

Après quelques coups au chipping et le constat d'un contact de balle très irrégulier pour tous les joueurs (grattes et tops), l'objectif a été re-orienté vers : obtenir un bon contact de balle régulier
Explication d'un bon contact et comment l'obtenir grâce aux lois mécaniques et plus particulièrement l'incidence de l'alignement et du maintien des angles dans la posture pour conditionner un bon chemin de club, un bon angle d'attaque et un bon plan de swing dans le wedging

3-DEROULEMENT

Matin :

Séance de chipping avec sensibilisation de l'équilibre et des appuis, leurs incidences sur le déplacement du club et par conséquent sur le contact de balle

Séance de wedging avec notion de maintien des angles du corps à l'impact pour un contact de balle permettant la production de trajectoires régulières

Expérimentation du système à 3 amplitudes (8h, 9h, 10h) pour 3 distances

Midi :

Concours de chipping / putting en match-play

Après-midi :

Parcours en stroke-play, départs en fonction des catégories d'âge

Consigne : intégration des notions vues le matin dans le petit jeu

4-FONCTIONNEMENT DU COLLECTIF

Bonne ambiance générale et saine émulation lors des différentes confrontations malgré les différences d'âges

5-BILAN GLOBAL

Stage très positif d'un point de vue de la compréhension de l'incidence de la posture sur le schéma gestuel et du trajet du club dans la zone d'impact

Meilleure interprétation de son erreur en fonction du contact et de la trajectoire de la balle ce qui permettra au joueur une auto correction basée sur un aspect mécanique et non pas sur une sensation souvent erroné