

## STAGE JOURNEE U12 ZONE CENTRE

**Lieu :** GOLF DU COMMINGES

**Date :** 25 mars 2018

**Encadrement :** Bernard MONNEREAU PRO ETR



**Présents :** 8 (4 garçons, 4 filles)

<b>Participants :</b> LESUR Alexandre PALMOLA	<b>PREVITALI Margaux SEILH</b>
<b>PEZZUTO Jeremy TOULOUSE</b>	<b>GENOULAZ Tina SEILH</b>
<b>GUIRAUD CHAUMEL Edouard PALMOLA</b>	<b>CEOLIN Lucile TEOULA</b>
<b>GLANDUERES Antoine SEILH</b>	<b>MAUREL Jasmine PALMOLA</b>

### Objectif de la journée:

Etre capable de s'échauffer avant une partie de golf

Etre capable de jouer en greensome

Etre capable, au petit jeu, de jouer différents clubs, d'imaginer la trajectoire de la balle, de déterminer le point de chute.

### Organisation de la journée :

**MATIN :** Présentation du programme de la journée aux parents

Echauffement au practice : chaque enfant doit présenter un exercice

Explication de la formule Greensome et Constitution des équipes (deux parties garçons, deux parties filles)

Parcours 9 trous en Greensome stroke-play

**APRES-MIDI :** Répartition des enfants par partie de 2 sur le pitch and putt

(Match-play et contrainte sur les appuis sur chaque coup)

Chipping : Match-play en variant les situations jouées et en changeant de club à chaque fois

Débriefing de la journée

### Résultat Greensome (9 trous PAR 35):

EQUIPE	RESULTAT
Lucille/Margaux	55
Jasmine/Tina	54
Edouard/Jérémy	47
Alexandre/Antoine	46

## **Bilan :**

Lors de l'échauffement, une bonne surprise, car les enfants ont proposé des exercices variés permettant un échauffement articulaire, musculaire et pour finir des exercices augmentant le rythme cardiaque.

Au practice, les joueurs ne prennent pas assez de temps pour jouer les coups : nous avons prit un petit moment pour mettre en place des objectifs simples (viser et varier de cible, relâcher le grip après chaque coup).

Peu de joueurs connaissent la formule greensome.

Après une explication, et démonstration les joueurs démarrent le parcours 9 trous, le début de partie est trop lent par manque d'organisation : personne n'est prêt à jouer au départ de chaque trou et à la fin du trou les décomptes se font sur le Green. Très vite, les joueurs se sont mit à trouver un bon rythme, car chacun s'organisait se déplaçait au bon moment.

Durant le parcours il est encore difficile pour certains d'alterner après le deuxième coup. D'autres joueurs restent derrière la ligne de jeu. C'est une première pour la plupart des enfants, il est donc compliqué de tout emmagasiner, c'est en réalisant ce genre de rencontre que l'évolution s'affine au fur et à mesure.

Sur le pitch and putt, en mettant des contraintes liées à l'équilibre, un constat sur la concentration et l'application s'est avéré. Les jeunes ont fait de bons coups proches du drapeau.

Sur le chipping, les joueurs ne prennent pas assez de temps pour observer le terrain et jouent dans la direction du drapeau. C'est après quelques résultats, qu'ils constatent que le terrain est en devers.

En variant de situation à chaque fois, les prises d'information se sont précisées. Donc imaginer la trajectoire de la balle (distante de vol, distance de roule) était compliquée au début de la séance, mais s'est amélioré tout au long de l'exercice. Les enfants ont bien compris que mettre en place une gestuelle est impossible, si les observations ne sont pas faites. Le match-play est devenu plus intéressant par la suite, car ils ont pris le temps, et le changement de club à chaque fois, demandait de revoir la trajectoire à produire.

Lors de nos prochains rendez-vous, nous continuerons le travail entreprit en greensome, ainsi que la variation des coups autour du green.