

Stage Espoir Benjamin de la zone Centre

6 juillet 2018

Golf de Palmola

Karine MATHIOT



(Photo groupe)

### Noms des sélectionnés :

ABADIE Hugo, BES Jauffrey, DAYNES Alice, LE LIGNE Enora, TREMOULET Etienne, LEGRAND Quentin, GUIRAUD CHAUMEIL Augustin

Parcours en très bon état car à la sortie du grand Prix de Palmola qui avait lieu le weekend avant.

### 1) Objectifs et contenus du stage

#### a. Objectifs

Echauffement putting, putting perf, stratégie parcours scoring

#### b. Programme

10h                      accueil

10h à 11h30          Putting

11.30 à 12.15	Echauffement grand jeu
12.15 à 16h	Parcours à thème
16h à 16h30	Debriefing et chipping perf
16h30 à 17h	Mondial : $\frac{1}{2}$ finale équipe de France.

## 2) Déroulement du stage

### Ateliers

- Discussion/échange sur l'échauffement au putting.
- Mise en place d'un échauffement imposé.
- Ateliers putting performance sur putts longs puis putts courts.

### Parcours à thème : stratégie/agressivité

10 trous en Stroke play et en équipe

Noter le nombre de fairways touchés sur les mises en jeu

Les garçons partent des bleus et les filles des rouges.

## 3) Bilan global du groupe

Très bonne ambiance entre tous les joueurs, manque de sérieux de certains, assez regrettable car cela nuit au bon fonctionnement du groupe.

Besoin de travailler sur le cadre : « comment mieux s'entraîner, se préparer »