



COMITE DE L'AUDE DE VOLLEY-BALL

CCP 818-13 Y Montpellier

Compte rendu Stage – FEVRIER 2010

Lieu d'entraînement : Gymnase Léon Buffet à Narbonne

Dates : Lundi 22 et mardi 23 Février 2010

Temps d'entraînement par jour : 6 heures

Heures de 09h à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Responsable du stage : GABORIAU Flavie

Intervenants au stage :

GABORIAU Flavie (ER1)

LEBERRE Christophe (BE1 et EF1 en cours)

LOCHU Pierrick (BE1)

STAGIAIRES :

Filles :

1 joueuse de 1998 benjamines 1

1 joueuse de Gruissan

Garçons :

2 joueurs de 1999 poussin

3 joueurs de 1998 benjamin 1

1 joueur de 1997 benjamin 2

6 joueurs de Narbonne



COMITE DE L'AUDE DE VOLLEY-BALL

CCP 818-13 Y Montpellier

Les axes de travail durant le stage :

- ☞ Athlétisation du joueur (travail sur les appuis, gainages)
- ☞ Passe et manchette en déplacement. Enchaînement de tâches.
- ☞ Fondamentaux de l'attaque et du service.
- ☞ Régularité au service.
- ☞ Exercices de dissociation.

Seulement 7 participants pour ce troisième stage, mais le nombre réduit a permis un travail plus intensif et plus personnalisé le groupe était motivé et sérieux. Le niveau était homogène, même si un joueur était en dessous du niveau général. Nous avons donc insisté sur la technique individuelle avec ce dernier, pendant que le reste du groupe évoluait par des situations plus complexes.

NOMS	DATE DE NAISSANCE	ADRESSE	TELEPHONE	MAIL	CLUB
MARAVAL Thibault	13/03/1998	35 chemin de la Sauzade 11200 Névian		Thibault.maraval@hotmail.fr	UVBN
BERNARD Alexandre	02/01/1998	23 rue de la Placette - 11200 ORNAISON	04.68.40.79.24	jack-nicolas.bernard@laposte.net	UVBN
BERNARD Benjamin	02/03/1997	23 rue de la Placette - 11200 ORNAISON	04.68.40.79.24	jack-nicolas.bernard@laposte.net	UVBN
NELATON Vincent	02/10/1998	Le clos des roches grise villa 67 11100 Narbonne		Vince-om13@hotmail.fr	UVBN
BARTHE Theo	25/04/1999	5 place cassaignol 11100 Narbonne	06 84 55 15 64	theo.barthe@neuf.fr	UVBN
LATCHMAN Nathan	22/03/99	6 chemin de la Crouzette 11200 conilhac corbiere	04.68.49.91.76	Pascal.latchman@hotmail.fr	UVBN
MATEU Lucie	14/11/1998	31 avenue de la promenade 11120 Moussan		mateulucie@hotmail.fr	GRUISSAN