

Bilan CRE M15F Du 19/04 au 22/04 au C.S.N. Houlgate

Encadrement : MEURIOT Benjamin et FOUCHER Mathieu

Bilan du stage :

Quatrième et dernier stage de formation avant le tournoi de préparation du 20 mai à Tours et avant les Volleyades. Sur treize filles convoquées, treize sont présentes sur ce stage sans avoir eu besoin de convoquer de filles sur liste d'attente. Quatre clubs sont représentés dans cette liste : deux clubs en Haute Normandie (Vernon Saint-Marcel et Evreux) soit six filles, deux clubs en Basse Normandie (Carpiquet et Coutances) soit sept filles. Le groupe se connaissant déjà, puisque le noyau dur a effectué au moins deux des trois précédents stages, l'identité C.R.E. est installée.

Le thème de ce stage était le travail du complexe service-bloc-défense, principalement axé sur le jeu de transition et le rapport au duel (échauffement en un contre un avec des petits gages à la clé pour créer de l'émulation). Un travail de service continu a été poursuivi dans la lignée des autres stages. Ci-joint le planning du stage :

	mercredi 19 avril 2017			jeudi 20 avril 2017			vendredi 21 avril 2017			samedi 22 avril 2017		
	T1	T2	T3	T1	T2	T3	T1	T2	T3	T1	T2	T3
07_ 8h				FOOTING			FOOTING			FOOTING		
08_ 9h				PETIT DEJEUNER			PETIT DEJEUNER			PETIT DEJEUNER		
09_ 10h	ACCUEIL			SERVICE			SERVICE			SERVICE		
10_ 11h	TESTS PHYSIQUES			SPE PASSE	TRANSITION		SPE PASSE	TRANSITION		SPE PASSE		
11_ 12h				LIAISON P-A	SERVICE/RECEPTION		LIAISON P-A	SERVICE/RECEPTION		LIAISON P-A		
12_ 13h	REPAS			REPAS			REPAS			REPAS		
13_ 14h	PRESENTATION STAGE			BLOC			BLOC			BILAN COLLECTIF		
14_ 15h				DEFENSE LIAISON BLOC/DEF			DEFENSE LIAISON BLOC/DEF			OPPOSITION M15G		
15_ 16h				SERVICE			LIAISON BLOC/DEF			LIAISON BLOC/DEF		
17_ 18h	SPE PASSE	TRANSITION		LIAISON BLOC/DEF			LIAISON BLOC/DEF					
18_ 19h	LIAISON P-A	SERVICE/RECEPTION										
19_ 20h	REPAS			REPAS			REPAS					
20_ 21h	OPPOSITION ESC			OPPOSITION SLV			OPPOSITION ESC					
21_ 22h												
22_ 23h	COUCHER			COUCHER			COUCHER					

Au programme, tout les soirs ont eu lieu des oppositions à thème contre des équipes seniors évoluant en championnat pré-nationale. Sur cinq clubs contactés, deux seulement ont répondu. Sur ces deux clubs, les deux ont faits l'effort de se déplacer à Houlgate pour participer à ces oppositions. Nous les remercions, puisqu'en plus de créer de l'interaction en terme de niveau de jeu, cela crée aussi des liens entre le travail effectué au C.R.E. et les clubs de la région. Ce lien a aussi permis aux filles de voir l'évolution d'anciennes pensionnaires du C.R.E. .

Les treize filles seront convoquées lors de la journée du 20 Mai, à l'issue de laquelle la sélection des dix sera annoncée. Seules douze seront présentes, une étant en voyage scolaire (absence prévenue depuis Février).

Les conditions de travail sur ce stage ont été bien meilleures que sur le dernier, le déplacement en moins permettant plus de plage de repos et un travail plus facilement personnalisable. Nous remercions Arnaud de sa disponibilité et de sa flexibilité à cet égard, permettant aux filles d'évoluer dans un vrai confort d'entraînement. Il nous apparaît plus que primordial que ces conditions soient pérennisées dans notre optique de planification du travail sur le groupe M15F à N+3.

Seront joints à ces bilans, de manière informative et directe, des fiches sur les différents systèmes pour simplifier la compréhension et la préparation à la compétition.