

COMPTE RENDU STAGE U12

1^{er} Groupe

Dimanche 3 AVRIL 2016

Jeudi 7 Avril 2016

Encadrants : LEFEUVRE Michelle, HELENE Catherine

Pro : ONDET Jean-Hubert.

Lieu : Golf de CICE BLOSSAC et Golf de RENNES

Joueurs : DIVET Lou, LEGROS Adrien, LOQUEN Yann, LOUAIL Baptiste, POYLO Maxime, SARAZIN Aubin, SOUETRE Valentine, VAILLANT Malo, RENOUEARD Charles, BANZET Bartholomé, BANZET Baptiste, ARCHER Inès, LANDAIS Hannah.

Dimanche 3 Avril

Reconnaissance du parcours de Cicé Blossac, où aura lieu le Championnat Départemental d'Ille et Vilaine 2016.

MATIN

9 H 15 **Présentation de la journée.**

9 H 30 **Echauffement individuel au Practice**

10 H 15 **Reconnaissance des 9 derniers trous (10/18).**

Objectifs :

- Repérer les emplacements des obstacles (Obstacles d'eau, bunker, arbres).
- Repérer la configuration des greens (Profondeur, largeur, pentes, vitesse)
- Repérer la longueur des trous.
- Tester la hauteur et la résistance du rough.

- S'adapter à la texture du sol (Terre humide).
- Evaluer la courbe des dog legs.

12 H 30 Déjeuner

13 H 30 Débriefing de la reconnaissance des 9 derniers trous.

Objectifs :

- Vérification des informations notées lors du repérage.
- Mise en place d'une stratégie personnelle en fonction de ses points forts et de ses points faibles.

14 H 15 Reconnaissance des 9 premiers trous (1/9).

Objectifs :

- Identiques à ceux du matin.

16 H 00 Débriefing de la reconnaissance des 9 premiers trous.

Objectifs :

- Vérification des informations notées lors du repérage.
- Mise en place d'une stratégie personnelle en fonction de ses points forts et de ses points faibles.

Suite à la reconnaissance du parcours, nous pouvons mettre en avant les particularités du Golf de Cicé Blossac :

- Le CD respectera les directives fédérales pour la longueur des trous. **Le parcours du Championnat des U 12 ne sera pas très long, il faudra privilégier la précision et non la PUISSANCE.**
- Les greens sont vastes (700 m2 en moyenne) avec des pentes importantes (**grande importance du putting**)
- Les fairways sont larges favorisant les mises en jeu au driver en fonction des distances de départs.
- Les roughs ne sont pas trop denses.
- On retrouve des obstacles d'eau latéraux et frontaux sur 11 trous.
- Les trous n° 1, 8, 9, 10, 11, 16 et 18 **nécessitent des stratégies intelligentes en fonction du niveau des joueurs en particulier le trou n°9.**
- Beaucoup de trous sont en dog legs (**importance de bien choisir sa ligne de jeu**).

Qualification au Championnat de Bretagne

La qualification se fera en additionnant les « 3 meilleures cartes (Tour 35 « Rennes, Dinard » + Championnat Départemental 35 « Cisé Blossac »),

- 3 Filles seront qualifiées
- 17 Garçons seront qualifiés.

Merci au Golf de Cisé Blossac pour son accueil chaleureux.

Jeudi 7 Avril 2016

Lieu : Golf de RENNES

9 H 15 Accueil des joueurs

9 H 30 Débriefing du Championnat Départemental 35.

- Lecture du palmarès des joueurs qualifiés pour le Championnat de Bretagne 2016. (Voir les résultats en PJ).

- **Informations sur les exigences du parcours de VAL QUEVEN (lieu du Championnat de Bretagne 2016).**
 - . Parcours très vallonné.
 - . Parcours exigeant physiquement (avoir une très bonne condition physique).
 - . La nutrition et l'hydratation auront un rôle prépondérant.
 - . Le parcours étant très escarpé, il est important de connaître les techniques des coups en pente.
 - . Les Greens sont particulièrement grands (importance de bien maîtriser le dosage au putting).
 - . Afin d'éviter les longs putts, il faudra être précis sur le wedging.

10 H 30 Accès Pitch and putt (Compétition Match play sur 9 trous)

Objectifs :

A) Travail de routine.

- Se référer uniquement aux repères fixes pour deviner les distances exactes afin d'éviter les erreurs de choix de club (compter les pas entre

les repères fixes et l'emplacement réel des « boules »). Ne pas se référer uniquement à sa montre gps).

- Être précis sur le choix du club par rapport à la profondeur du drapeau sur le green.
- **Obligation d'être irréprochable sur son alignement de club et de corps.**

Cette partie de la routine n'est pas toujours respectée. Les joueurs ne sont pas assez vigilant pour leur alignement.

L'alignement et la base pour tous les sports de précision.

- **Il faut connaître ses distances de wedging (techniques de wedging).**

A) Avoir un esprit de compétiteur.

- Être combatif. Le match play est une formule très différente du stroke play, les joueurs peuvent être plus agressifs dans leur stratégie.
- Apprendre à gérer la pression (match un contre un).
- Développer une stratégie propre au match play (un putt pour égaliser ne doit pas rester court du trou).

12 H 00 Repas.

13 H 10 Accès parcours 2000.

Objectifs :

Appliquer les mêmes consignes que le matin sur un parcours plus long.

15 H 15 Accès chipping green (match play simple)

Exercice :

Deux balles par joueur. 3 situations libres. Choix du club libre.

Objectifs :

- Gagner !!!!!
- Maximum de concentration.
- Choix de club judicieux en fonction de la situation.
- Respecter les consignes techniques afin d'avoir un bon contact.
- Se concentrer sur la détermination du point de chute de la balle en fonction du choix de club.

16 H 15 Concours de putting RYDER CUP.

Exercice :

ETATS-UNIS contre EUROPE

1 balle par joueur. One shot (la balle la plus proche du trou gagne).

3 trous à jouer distance libre.

Objectifs :

- Gagner pour soi et surtout pour l'équipe.
- Maitriser la pression.
- Travail de dosage.
- Bien lire la ligne de putt.

17 H 00 Fin du stage

Ceci est le dernier stage des U 12 pour l'année 2015/2016.

La nouvelle sélection aura lieu en Octobre 2016 pour l'année prochaine. Certains U 12 quitteront la catégorie pour se retrouver en Benjamins. Je veux les remercier pour leur comportement exemplaire durant les années où je les ai encadré.

Je serai présent au Championnat de Bretagne pour aider les joueurs qui n'auront pas leur PRO de club. Merci de votre confiance pour cette année écoulée.

Merci à Michelle LEFEUVRE (Présidente du CD 35) et Catherine HELENE (Responsable jeunes du CD 35) pour leur aide précieuse durant les 3 stages organisés par le CD.