

COMPTE RENDU
STAGE U 12 (11/12 ans)
Jeudi 23 et Vendredi 24 Février 2017

Lieu : Golf de RENNES (Pitch and putt).

Encadrants : LEFEUVRE Michelle, HELENE Catherine, ONDET Jean-Hubert.

Joueurs : LAURENT Flavie, DIVET Lou, ABOMNES-PAUREAU André-Jean, SOUETRE Valentine, FOUILLET Constance, ARCHER Inès.

Objectifs de stage

Le niveau technique des joueuses et des joueurs et les attentes de résultats imposent l'excellence sur l'investissement dans le travail.

Ce stage à lieu sur le pitch and putt du Golf de RENNES, il a pour but de travailler et d'améliorer :

1) La méthode de reconnaissance de parcours.

Le joueur de haut niveau ne doit pas laisser la place au hasard.

La reconnaissance doit être précise et approfondie.

Lecture de Greens :

. Configuration

. Pentes

- . Vitesse
- . Emplacement des drapeaux

Obstacles :

- . Emplacement.
- . Nature : bunkers, obstacle d'eau, arbres, buissons....

Climat :

- . Température
- . Sens du vent
- . Préviation météo pour les jours du tournoi

Nature du terrain :

- . Terrain sablonneux ou terreux. Rough haut ou bas.

2) Mise en place d'une ou plusieurs stratégies en prévision de la compétition.

- Elaborer une stratégie en fonction de ses compétences techniques.
- Stratégie défensive.
- Stratégie offensive en fonction de la forme du moment.

3) Travail sur les routines.

Ne pas se précipiter avant de jouer. Prendre le temps d'intégrer tous les paramètres de jeu.

L'analyse de la situation conditionne à 90 % le résultat final, pour les joueurs de haut niveau.

Les jeunes joueurs se précipitent souvent pour jouer.

- Lie de la balle (l'INFORMATION LA PLUS IMPORTANTE)
- Sens du vent

- Emplacement du drapeau
- Zone de sécurité
- Zone de danger
- Choix du club
- Choix de la trajectoire
- Et ensuite « **LE LACHE PRISE** ».
-

4) Préparer les inter-ligues U12.

En effet 5 des 6 joueurs présents seront normalement qualifiés pour représenter la BRETAGNE aux Inter-ligues U 12 (formule GREENSOME). Ce stage me permet de tester des binômes pour :

- **Créer un groupe.**
- **Créer un esprit d'équipe « TRES SOLIDE »**
- **Mettre en place une ambiance de sérénité au sein du groupe.**
- **L'envie de s'investir pour le groupe.**
- **Faire passer l'intérêt de l'équipe avant l'intérêt personnel.**

5) Apprendre à jouer avec la formule de jeu greensome.

6) Travail sur la préparation physique.

- *Equilibre*
- *Force explosive.*
- *Coordination*
- *Travail cardio-vasculaire.*

Jeudi 23 Février

9 H 15 Accueil des joueuses et joueurs.

9 H 30 Explication des différents objectifs du stage.

9 H 45 Echauffement personnel au practice.

10 H 15 Accès au pitch and putt.

Objectifs : Reconnaissance du pitch and putt

- Mise en application impérative des recommandations pour que la reconnaissance soit complète et précise.

12 H 00 Repas

13 H 00 Compétitions en formule GREENSOME

- ***Format des inter-ligues. 5 matchs au programme.***

Objectif :

- Respecter scrupuleusement les directives du stage.

17 H 00 Fin de la première journée.

Vendredi 24 Février

9 H 15 Accueil des joueuses et joueurs.

9 H 30 Rappel des consignes de travail de la veille.

9 H 45 Echauffement practice.

10 H 00 Accès pitch and putt.

Compétition en formule scramble par équipe de 3 sur 15 trous.

Objectifs :

- Consolider la création d'un esprit de groupe
- Consolider un esprit de combativité.
- Adapter sa stratégie par rapport à une nouvelle formule de jeu et à un changement de positionnement des drapeaux.

Résultats :

Constance, Lou, André-Jean jouent - 7

Valentine, Inès, Flavie, jouent – 2

12 H 00 REPAS

13 H 00 Fin des matchs en compétitions GREENSOME.

Objectifs :

- Identiques à la veille
- Résultats (voir PJ)

15 H 15 SHOT OUT (élimination 1 joueur à chaque trou)

Objectifs : Donner le meilleur de soi pour gagner le concours.

Vainqueur : Inès

16 H 00 Débriefing du stage

Très bonne ambiance au sein du groupe.

Michelle LEFEUVRE, Catherine HELENE et moi-même voulons que ce groupe vive au mieux l'expérience du tournoi inter-ligues U 12.

Nous mettrons l'accent sur le bien vivre du groupe, condition sine qua num de la performance pour les échéances futures.

Le début de la saison est proche, nous demandons aux joueuses et joueurs de vérifier qu'ils sont licenciés, qu'ils aient le badge fédéral, et un certificat médical à jour.

Attention le prochain tournoi du Tour 35 aura lieu sur le golf de CICE BLOSSAC le 18 Mars 2017, l'inscription se fera par extranet au sein des clubs.

Soyez vigilant sur l'inscription.

Bon entrainement et bonne saison à tous.

Rendez-vous au prochain stage pour la préparation du Championnat d'Ille et Vilaine 2017 au Golf de La Freslonnière.

Merci à Catherine HELENE ET Michelle LEFEUVRE pour leur aide précieuse.

Merci au Golf de RENNES pour son accueil.