



Fédération Française de Volley-Ball
LIGUE Languedoc-Roussillon
Olympiade 2013 / 2016

COMMISSION TECHNIQUE

Montpellier le 22 décembre 2016

Compte rendu Stage Centre Régional d'Entraînement Minime Féminin – Noël 2016

Lieu d'hébergement : CREPS de Montpellier

Lieu d'entraînement : gymnase Cazaban au CREPS de Montpellier

Dates : lundi 19 décembre 13 h 30 au mercredi 21 décembre 17 h

Coordonnatrice et responsable du stage : Caroline TRINQUIER

Entraîneur adjoint sur le stage : Nicolas FROELIG

Les joueuses :

14 sélectionnées pour le stage (6 joueuses de 2002, 8 joueuses de 2003) dont

- 1 joueuse (Fétia ROVIRA) absente : stage National
- 1 joueuse (Jade CAZALS) absente : blessure

Essai : Myrna LANKAR (ARAGO) et VALAT Camille mardi 20 décembre toute la journée

Les conditions de stage :

- Hébergement correct par chambre de 2, restauration correcte,
- Gymnase Cazaban : un plus pour le stage car il est dans l'enceinte du CREPS tout comme l'hébergement.
- Le lieu du CREPS de Montpellier permet aux stagiaires du C.R.E. de bénéficier de tout le matériel de la structure permanente féminine (Pôle Excellence Féminin) à savoir : 3 terrains, 4 cibles de passe, petits matériels pédagogiques, ballons, etc....

Planning de travail : Total des entraînements : 16 h

Lundi 19 décembre : 14 h 30 – 17 h 30 relance, PNP (passe de non passeur), spécifique passeuses,

20 h 00 – 21 h 45 forme jouée 3 contre 3 sur terrain 4.5 m x 9 m

Mardi 20 décembre : 9 h 30 – 12 h 30 spécifique passeuses, pour les attaquantes : travail ouverture épaule et course d'élan sur balle haute, travail de réception. Travail de relation passe/attaque (fixation et balle haute)

15 h 00 – 18 h 00 travail de défense individuelle et collective et travail collectif (permutation, position, travail du 5/1 pour passeuse, soutien)

Mercredi 21 décembre : 9 h 00 – 12 h 00 spécifique passeuses, travail de réception travail de défense individuelle et à 2 (attitudes, allègement, placements et déplacements spécifiques)

14 h 30 – 17 h Opposition



MINISTÈRE DE LA SANTÉ,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS

Ligue Languedoc-Roussillon de Volley-Ball Maison Régionale des Sports
1039 rue Georges Méliès – 34000 Montpellier
Tél. 04 67 82 16 96 Courriel : lrvb.atr@sport-lr.fr

Remarques : des temps calme et/ou siestes après tous les repas du midi, le soir extinction des feux 22 h (sauf le premier soir où il y avait entraînement)

Commentaire sur le stage :

Le groupe a répondu positivement aux exigences et à l'intensité du stage malgré la fatigue d'une fin de 1^{er} trimestre très long.

Constats sur l'ensemble des joueuses :

- Amélioration du jeu sans ballon mais toutefois insuffisant pour la moitié du groupe (la joueuse fait une action et s'arrête)
- Au niveau de l'attaque, la plupart des joueuses n'ont pas d'ouverture de l'épaule
- La plupart n'ont pas d'intention dans le jeu
- La communication entre les joueuses est difficile
- Le soutien d'attaque irrégulier
-

NB : le « fil rouge » durant tout le stage a été la communication entre les joueuses (en réception, en relance, appeler son ballon à l'attaque, etc..... et le soutien d'attaque
Notre but est que la communication et le soutien d'attaque deviennent un automatisme chez les joueuses

NB : Chaque entraîneur de joueuses va recevoir un mail afin de faire un bilan du stage.

Remarques :

- Rendez-vous le lundi 19 décembre avec des parents pour une éventuelle rentrée en Pôle Excellence Féminin à la rentrée de septembre 2017.
- Lou LAGET (CROIX ARGENT) : partie à la fin du 2^{ème} jour (abandon)
- Myrna LANKAR (ARAGO) : à l'essai sur la journée du mardi, a été conservé jusqu'à la fin du stage.
 - Léa MARTIN (MENDE VB) : malade probablement gastro partie le mardi 20 décembre à 18 h

Dates pour information :

- Stage Hiver : 13 au 16 février 2016 au CREPS de Montpellier
- Stage avril : 10 au 13 avril 2016, (a confirmer)
- Compétition des Volleyades du 25 au 28 mai 2017 (lieu pas encore déterminé). Décision fédérale à venir

NB : les joueuses sont convoquées personnellement par courriel à chaque stage.

Je rappelle à l'ensemble des entraîneurs des clubs de la Ligue que vous êtes conviés sur les stage du CRE Minime et que je reste à la disposition des parents et des clubs concernés si besoin d'informations et/ou renseignements complémentaires

Bonnes fêtes de fin d'Année

Vous trouverez ci-joint à ce compte rendu une petite vidéo réalisée par les joueuses du stage !

TRINQUIER Caroline
Responsable du stage

Compte rendu envoyé à : tous les clubs, membres du Comité Directeur, Présidents comités départementaux, membres de l'E.T.R., fichier entraîneurs régionaux, parents, Philippe MARTA - responsable Détection Nationale Féminine, Ligue Midi Pyrénées, ABOUB Ali – CTS Midi Pyrénées, VARAMBON Franck – Agent Développement Midi Pyrénées