

STAGE DEPARTEMENTAL
77/91
MESNIL ST PÈRE, Du 11 au 16 février 2024





**Une sélection de 14
jeunes du
département ont pu
partager un stage
d'une semaine
avec le comité de la
Seine et Marne**



La sélection de l'Essonne

CHAIZE Andréa (Yerres)

BALAGURA Michel (Palaiseau)

BENAHMED Yasmine (Corbeil)

CATHERIN Alice (Igny)

DEMONSABLON Chloé (Ste Geneviève)

GOUGEY Aymeric (Igny)

LEFEVRE Tessa (Corbeil)

LEGRAND BANTMAN Lana (Ste Geneviève)

MANCELLE HIMIDI Inaya (Igny)

LEGRAND BANTMAN Mathis (Ste Geneviève)

MOREAU Maxime (Brétigny)

COULAIS NOZUE Yuzuki (Palaiseau)

RAKOTOZANDRINY Ny Toky (Brétigny)

ZHOU Mingxuan (Palaiseau)

Cadres techniques :

Yvan

Greg (77)

Maxime (77)

Manu

Relanceur

Macéo



JOURNEE TYPE

7h45 Lever

8h Petit-déjeuner

9h Entraînement Tennis de table

Echauffement par atelier, travail technique par groupe

12h15 Repas et repos

14h30 Entraînement Tennis de table

Echauffement sous forme de jeux collectifs, Travail tactique et situations de matchs

18h30 Douche

19h30 Repas

20h30 Veillée, jeux de société, film

21h30 Coucher



BILAN DU STAGE

Une très bonne semaine de travail en partenariat avec le département de Seine et Marne.

Un groupe équilibré entre les 2 départements en terme de niveau de jeu.

Une très bonne ambiance de travail pour tous nos jeunes qui ont été capable de donner le maximum sur tous les temps de jeu.

Merci à Greg, Maxime, Yvan, Macéo et Manu pour l'organisation et la gestion de ce stage.

Vivement la saison prochaine pour revivre ces bons moments