

Stage d'Octobre



Lieu : Nègrepelisse

Dates : 23 au 24 octobre 2017

Catégories : de benjamins à juniors

Liste des participants

JACQUINOT	Lola	Le Barp	Benjamine
DIAS	Benjamin	Le Barp	Benjamin
ROUSSEAU	Sevan	Le Barp	Cadet
PANISSET	Romain	Le Barp	Junior
BONNAFOUX	Maxime	VLA	Minime
MORDVINOV	Antoine	VLA	Minime
VIGNALS	Matheo	VLA	Cadet
BOUCART	Philémon	Cenon	Minime
PETRAULT	Nicolas	Cenon	Benjamin
KHEDIMI	Mati	Cenon	Benjamin
RICHER	Victor	Cenon	Minime
AUVILLE	Simon	St Yrieix	Minime
ROUSSET	Argan	St Yrieix	Benjamin
ROUSSET	Sheryne	St Yrieix	Benjamine
REIX	William	St Yrieix	Cadet
ROSIER	Jérôme	St Yrieix	Benjamin
Lutteurs du comité d'Occitanie et du club ASPTT Rouen			

Liste des encadrants

CHIRAIN Lilian – CTR Nouvelle-Aquitaine

JACQUINOT Julien – accompagnant Le Barp

DIATTA Adama – entraîneur entraîneur St Yrieix et membre de l'ETR

Entraîneurs du comité d'Occitanie et du club ASPTT Rouen

Bilan du stage

A la suite du traditionnel tournoi de Nègrepelisse, les comités d'Occitanie et de Nouvelle-Aquitaine se sont greffés pour organiser un stage inter-régional. Plus de 60 lutteurs se sont entraînés sur les tapis.

Au programme, 4 séances de lutte avec des programmes adaptés aux catégories d'âge en séparant en 2 groupes les athlètes. Deux séances de travail techniques lutte libre avec pour thèmes : attaque/défense de jambe, les relances, contrôle bras-tête, une séance lutte gréco-romaine sur la lutte au sol (attaque/défense), les contrôles, et une séance intensité à partir de luttés à thèmes.

Le collectif néo-aquitain s'est comporté correctement sur et en-dehors des tapis, cependant certains athlètes ont dû stopper le stage pour des petites blessures. Le niveau est assez hétérogène avec cependant des erreurs récurrentes : placement du dos et de la tête sur les attaques aux jambes, mauvaises réactions sur les défenses, défense en ceinture de côté.

L'hébergement, ainsi que la restauration du lundi soir, s'est déroulé à l'hôtel des arts de Nègrepelisse dans de très bonnes conditions.



