

Stage de Noël



Lieu : CREPS de Bordeaux (Talence)

Dates : du 3 au 5 janvier 2018

Catégories : de benjamins à juniors

Liste des participants

AGLILAH	Bilal	Bayonne CO	Benjamin
BESKAYEV	Turpal	Bayonne CO	Benjamin
BESKAYEV	Adam	Bayonne CO	Minime
TALIBOV	Rashad	Bayonne CO	Juniors
BOUCART	Philemon	Cenon	Minime
BOUCART	Lucien	Cenon	Minime
COLAS	Cloé	Cenon	Juniors
KHEDIMI	Mati	Cenon	Benjamin
PETRAULT	Nicolas	Cenon	Benjamin
DERRI	Bastien	La Teste de Buch	Minime
BANALES	Julien	Lagorce	Minime
BARBE	Alexandre	Lagorce	Minime
JACQUINOT	Lola	Le Barp	Benjamine
DIAS	Benjamin	Le Barp	Benjamin
PANISSET	Romain	Le Barp	Juniors
MONGENIE	Quentin	Limoges COB	Benjamin
PECOUT	Brice	Limoges COB	Minime
ROUSSET	Argan	St Yrieix	Benjamin
RIEGEL	Ylina	St Yrieix	Minime F
AUVILLE	Simon	St Yrieix	Minime
ROUSSET	Sheryne	St Yrieix	Benjamine
REGAUDIE	Emmanuel	St Yrieix	Benjamin
VINCENT	Pierre-Alexandre	Villenave LA	Minime
VIGNALS	Mathéo	Villenave LA	Cadet

Liste des encadrants

CHIRAIN Lilian – CTR Nouvelle-Aquitaine
PANISSET Jonathan – entraîneur Le Barp
DIATTA Adama – entraîneur St Yrieix
PANISSET Patrick – entraîneur Le Barp
COMBROUZE Michel – entraîneur Limoges COB
OLIVIER Aymeric – entraîneur Lormont
VIGOUROUX Didier – entraîneur Villenave d’Ornon LA

Bilan du stage

Comme chaque saison, le comité régional a mis en place un stage de détection et perfectionnement au CREPS de Talence.

Au programme, 4 séances de lutte libre avec un accent sur les bases technico-tactique que beaucoup de lutteurs doivent encore travailler pour être performants. L'apport technique et l'expérience transmis par Adama Diatta est vraiment un plus pour les jeunes lutteurs de notre comité.

Le collectif s'est comporté correctement sur et en-dehors des tapis, cependant certains athlètes s'écoutent un peu trop et arrêtent à la moindre difficulté. Le niveau est assez hétérogène avec cependant des erreurs récurrentes déjà repérée lors du stage à Nègrepelisse : placement du dos et de la tête sur les attaques aux jambes, attaques directes sans préparation, mauvaises réactions sur les défenses, défense en ceinture de côté. Ces erreurs doivent vraiment être un axe de travail pour les entraîneurs.

L'ensemble des activités, l'hébergement et la restauration se sont déroulés au CREPS dans de très bonnes conditions



Résultats des combats

NOMS	Prenoms	Clubs	Catégories	Poids	Résultats	
AGLILAH	Bilal	Bayonne CO	Benjamin	34	1V	2D
ROUSSET	Argan	St Yrieix	Benjamin	37	2V	1D
BESKAYEV	Turpal	Bayonne CO	Benjamin	38	3V	
BANALES	Julien	Lagorce	Minime	39		3D
RIEGEL	Ylina	St Yrieix	Minime F	42		3D
JACQUINOT	Lola	Le Barp	Benjamine	44	2V	1D
COLAS	Cloé	Cenon	Junior	48	3V	1D
ROUSSET	Sheryne	St Yrieix	Benjamine	48	1V	2D
BOUCART	Philemon	Cenon	Minime	45	1V	2D
AUVILLE	Simon	St Yrieix	Minime	45	3V	
DIAS	Benjamin	Le Barp	Benjamin	46	2V	1D
MONGENIE	Quentin	Limoges COB	Benjamin	45		3D
PECOUT	Brice	Limoges COB	Minime	49		3D
VINCENT	Pierre-Alexandre	Villenave LA	Minime	49	1V	2D
KHEDIMI	Mati	Cenon	Benjamin	54	2V	1D
BOUCART	Lucien	Cenon	Minime	48	3V	
BESKAYEV	Adam	Bayonne CO	Minime	55	2V	1D
PETRAULT	Nicolas	Cenon	Benjamin	59	1V	1D
REGAUDIE	Emmanuel	St Yrieix	Benjamin	62		2D
PANISSET	Romain	Le Barp	Juniors	55	3V	
VIGNALS	Mathéo	Villenave LA	Cadet	55	2V	1D
TALIBOV	Rashad	Bayonne CO	Cadet	55	2V	1D
DERRI	Bastien	La Teste de Buch	Minime	85		3D



Programme du stage

	Mercredi 03/01	Jeudi 04/01	Vendredi 05/01
7h30 à 8h		Reveil musculaire (assouplissement)	Reveil musculaire (assouplissement)
8h à 8h30		Petit déjeuner	Petit déjeuner
8h30 à 9h00		Temps libre	Temps libres
9h00 à 12h		Compétition 3 à 4 matchs arbitrés	Entraînement Lutte technique sol (bras tête attaque/défense + croisé)
12h00 à 14h		Pause déjeuner	
15h à 15h30	Accueil et mise en place du stage	Temps libre	
15h30 à 18h	Entraînement Lutte technique debout (défense de jambes) + PPS	Entraînement Lutte technique debout (attaques aux jambes)+ PPS	
18h à 19h	Récup	Récup	
19h à 20h	Dîner	Dîner	
20h à 21h30	Présentation des pôles Questions/Réponses avec Adama Diatta	Temps libre	