

Les 4 et 5 mai, la sélection régionale s'est retrouvée pour une préparation de la Coupe de France des Régions, encadrée par Romain LESOURD et Elisabeth KLEIN

17 jeunes étaient présents.

(de gauche à droite) :

Debout : COLACO Tristan, PELLISSIER Mathis, CHENUET Adrien, DEPONT Armand, POLVE Anthonin, WARTELE Guillaume, COCOUAL Maxime, SENKEVIC Peter, GRIMAUULT Paul, ELICE Karuk, LEROUX Max-Ã©tienne, CAMPREDON Sylvain

Accroupis : CHOUIPPE Aymeric, PUCHOT Valentin, DABIN Thomas, BEAUFEAU Matteo, LASCAUX Matthis_



La journée de samedi a été orientée natation en alternant des courses rapides et des courses d'endurance, pour un total d'environ 7km. Le but était de repousser les limites sportives des jeunes et de confirmer leur résistance physique.

Puis, une partie théorique sur les placements et première mise en place des techniques d'attaque placées et de zones.



Le dimanche a été utilisé à la mise en pratique des placements étudiés la veille et le maniement de balle avec la mise en place de l'attaque placée, de la défense pressing et zone 3, la zone plus et la zone moins, à la fois dans l'eau et hors de l'eau.

Le dimanche après midi, 4 joueurs de Saint Jean de la Ruelle sont venus pour travailler de nouveau la mise en pratique des placements en situation de match mais avec un niveau élevé. Puis, le week end s'est terminé par des matchs d'opposition Séniors/Sélection.



Comme la fois précédente, à noter que les jeunes se sont tous impliqués et que les différentes situations de placement ont été assimilées.

Remerciements à :

- Romain (Fernandez), Benjamin, Florian et Morgan, de St Jean de la Ruelle pour leur pédagogie et patience vis-à-vis de nos jeunes.
- Le personnel du Palais des Sports
- Les parents et les clubs
- Le Comité du Centre