



BILAN STAGE ISNEAUVILLE

14/02/2022 - 16/02/2022

Nombre de participants : 15 nés de 2013 à 2005

→ 15 garçons

→ 0 filles

Nombre de cadre : 1 (DEBRAY Nicolas)

4 clubs FFTT représentés : CP BUCHY ; GCO Bihorel ; AMFTT ; FR Isneauville

1 clubs FNSMR représentés : FR Isneauville

Déroulement du stage :

Lundi et Mardi et Mercredi matin :

- Travail à la table sur les appuis et le transfert du poids du corps en coup droit.

Lundi et mardi après-midi :

- Travail hors table de physique et qualité d'appuis
- Travail du service
- Travail de panier de balle entre joueurs basé sur le transfert du poids du corps.

Mercredi après-midi :

- Travail hors table de physique et qualité d'appuis
- Et au choix :
 - o Travail du service
 - ou
 - o Panier de balle entre joueurs basé sur le transfert du poids du corps.
- Match