

## **Bilan du stage d'été à Saint Jean de Monts Du 25 août au 29 août 2008**

**Thème : reprise de sensation**

**Joueurs présents (25) :**

*Poussins* : Sophie Landriu, Pierre Lanis (2j), Valentin Bodin(2j), Thibaud Sebillé (2j)

*Benjamins* : Alice Arnou, Antoine Risch, Paul Raute

*Minimes* : Juliane Piron, Loïc Martigny, Alexandre Blanchet, Fabien Retière, Thibaud Habert, Loris Dufay, Baptiste Gohier, Maxime Vetault, Jason Lucas

*Cadets* : Fanny Arnou, Agathe Kuliberda, Marion Desffrasnes, Chloé Martin, Julien Baudelet, Victor Gayoux, Victor Bellon, Quentin Laurens

*Juniors* : Renaud Arnou

**Joueurs excusés (5) :** Marlène Pellier, Juliette Saury, Flavie Guimbretière, Marc-Antoine Brault, Océane Lanis

**Cadres présents :** Didier Jean, Franck Hébert, Edy Fraboulet, Olivier Aninat

### **Bilan général**

Ce stage de reprise s'est très bien passé dans son ensemble. L'hébergement et la salle n'étaient séparés que d'1,5 km. L'hébergement et la restauration étaient de très bonne qualité. En ce qui concerne les salles, celle de 5 terrains était très agréable avec une grande tribune qui nous a permis de préparer un joli parcours physique. L'autre salle ne permettait de monter que 4 terrains. Pour un stage de reprise, ceci correspondait largement à nos besoins.

Du point de vue des joueurs, le stage a commencé par les tests physiques pour évaluer si le programme de cet été a bien été fait. Les résultats sont assez mitigés. Pour ceux qui ont travaillé tout l'été régulièrement, les tests ont tous été améliorés. Par contre, pour certains et heureusement très peu d'entre eux, tous les tests sont dans le rouge. Je me suis rendu compte que les fractionnés n'ont pas été fait. La raison, pour la plupart, étant que tout seul ils ne trouvaient pas la motivation d'en faire, car trop dur. Mais à leur décharge, je me suis aperçu que pour beaucoup, il ne voyait pas l'intérêt d'en faire. J'aurai dû expliquer certainement un peu mieux le programme pour qu'ils se rendent réellement compte de l'importance que cela peut avoir. Suite aux entretiens individuels, des objectifs ont été fixés mais il faut bien qu'ils se rendent compte que ce n'est qu'en travaillant et en se donnant les moyens que l'on peut réussir. Le badminton est avant tout un sport individuel et il ne faut pas avoir peur de dépasser ses limites et ne pas s'arrêter dès que c'est un peu dur. C'est comme cela que l'on devient **un champion**. « travailler le confort dans l'inconfort »

Sinon, en terme d'investissement et d'intensité lors du stage je vous félicite encore tous. Cela n'a rien à voir avec le stage de l'année dernière à la même période. Nous sommes vraiment sur la bonne voie. La cohésion du groupe a également été formidable. C'est ce qui ressort en

règle générale chez les cadres. J'en profite pour remercier les cadres pour leur professionnalisme et leur bonne humeur.

Et n'oubliez jamais que

**Pays de la Loire ça rime avec Victoire**