

## BILAN REGOUPLEMENT SENIORS VÉTÉRANS

### Dimanche 8 Janvier 2023 à Châtenay-Malabry



#### Participants :

<i>N° de licence</i>	<i>Nom</i>	<i>Prénom</i>	<i>Club</i>	<i>Cat.</i>	<i>Points Clt</i>
9225197	AGOSTINI	Jérôme	Antony Sport TT	V3	662
9254767	BOURTOUTIAN	Rafi	Rueil ACTT	V1	554
9245571	BUTEL	Pascal	ES Colombes	V2	1093
951238	CAQUERET	Philippe	AS Fontenaisienne TT	V3	1492
9228512	CORNILLET	Jean-François	Levallois SCTT	V3	645
9259510	DEGUILHEM	Fabien	TTM Chatillion	V1	500
9256591	DELANDEMARE	Stéphane	EP Isséenne	V2	518
9259555	EL SIDAOUI	Paul	ACBB	V3	500
9254394	GALLAIS	Marc	Levallois SCTT	V2	611
9237736	HUGEUX	Vincent	EP Isséenne	V3	949
9241479	ISSA	Thimothée	TTM Chatillion	S	546
9258508	JALLAT	Rémi	ACBB	V2	500
9217429	KRASKA	Ratchaneewarm	Courbevoie Sport TT	V3	876
9257938	LAROCHE	Laurence	Courbevoie Sport TT	V2	500
9250199	LU	Mei	AS Bourg la Reine	V2	500
9246044	MANSOURI	Christophe	TTM Chatillion	V3	802
9239403	MORLEC	Stéphane	CS Clichy	V1	531
923714	PHAM MINH	Philippe	AS Bourg-La-Reine	V2	1180
9246989	RIOULT	Gabriel	CS Clichy	S	500
5978619	SEPHANE	Nicolas	Nanterre ES	V1	500
9250780	SIM	Laurent	Levallois LSCTT	V1	500
9247868	VALAKOON	Vo-Dang	AS BOURG LA REINE	V1	577
9213615	VANRENTERGHEM	Laurent	Levallois LSCTT	V2	697
92754	VEILLEROT	Laurence	Courbevoie Sport TT	V2	1169

#### CADRES

Alexis DOUIN

Joueur professionnel d'Issy les Moulineaux

Aurélien POIROT-ZENDER

Entraîneur

**PROGRAMME :**Matinée :

Travail du service axé sur l'amélioration de son contrôle de rebond

Échauffement physique dirigé

Échauffement à la table dirigé amenant progressivement vers des déplacements

Exercices de schèmes de jeu avec du comptage.

Après-midi :

Échauffement physique dirigé

Échauffement à la table sous forme de challenge

## Pour les 2/3 :

Séance autour du système de comptage.

Panier de balles

## Pour 1/3 :

Matches : Top 8 en 2 sets gagnants

## Retour au calme :

Étirements et échanges autour du matériel

**BILAN SPORTIF**

Belle journée de ping avec des joueurs très motivés et à l'écoute.

Un bon niveau d'investissement et volontaires pour progresser en demandant des conseils.

Retour positif des participants qui étaient contents d'avoir chacun quelques conseils techniques et tactiques.