



COMPTE RENDU DU STAGE FEMININ DU 09/02/2019

Le 2ème stage féminin de la saison s'est déroulé le 09/02/2018 à l'Arténium de 14h00 à 18h00.

Bravo à vous les filles. L'effectif est stable, vous étiez 14 à participer activement à ce stage encadré par Aline et Mathilde. Parallèlement, avait lieu aussi le 2ème stage de perfectionnement messieurs (18 stagiaires présents). Sur proposition de nos deux cadres et après consultation des filles, il a été décidé de fusionner les deux stages en un seul.

Après une phase d'échauffement, divers exercices basés sur le placement de balles ont été proposés. A 16h00, une pause de 20 mn bien méritée a été respectée afin de permettre à tous les stagiaires de souffler un peu et de se restaurer avec le traditionnel petit goûter offert par le Comité Départemental.

Le stage a repris jusqu'à 17h00 sous forme d'exercices basés sur la poussette et le démarrage en top sur cette même poussette. A l'issue, garçons et filles ont pu mettre en pratique les connaissances acquises durant l'après midi et se sont affrontés sous la forme de montées descentes et ce dans une bonne ambiance pendant 1 heure.

Merci à Aline et Mathilde pour leur patience et précieux conseils.

En espérant que le prochain stage prévu le 02 mars 2019 verra le nombre de féminines augmenter. Les filles, n'hésitez pas à parler des stages et de notre sport autour de vous, c'est vous qui êtes les ambassadrices.

Attention : Le prochain stage aura lieu à la salle de Romagnat qui est limitée à 12 tables donc 24 joueuses. Les inscriptions seront donc prises en compte par ordre d'arrivée. Parallèlement, un stage sera également proposé aux joueurs du département (même lieu, même heure). Néanmoins, l'inscription des filles restera prioritaire.



Entre temps, n'oubliez pas de noter sur votre agenda le tournoi des familles le 24 février 2019