



COMPTE RENDU DU STAGE « FÉMININES ET SENIORS/ VÉTÉRANS » DU 21/02/2026

Le troisième stage de perfectionnement « féminines et séniors/vétérans » de la saison 2025-2026 s'est déroulé le 21 février à l'ARTENIUM de Ceyrat.

17 filles et 19 séniors/vétérans de moins de 1 000 points étaient présents, soit un total de 36 stagiaires de niveau très différent comme d'habitude.

Un grand merci à Axel et Maxime du GE SPORT les deux entraîneurs de ce stage.

Après une phase d'échauffement basée sur les déplacements, les exercices ont commencé sur le thème du jour : ATTAQUES et DEFENSE, sans oublier le repérage dans l'espace pour réussir ses attaques. Pas facile pour tout le monde !

Le traditionnel goûter offert par le CD a permis à tous de faire une pause bien méritée.

Le stage s'est terminé par des matchs par équipe de deux en 3 sets cumulatifs : 2 en simple et un en double pour permettre à chacun de mettre en pratique les exercices.

Merci à tous pour votre participation.

RDV pour le prochain stage le samedi 25 avril à l'Arténium.

**La prochaine journée féminine en équipes aura lieu le :
samedi 28 mars**

Si une grande partie des licenciées en compétition ayant apprécié les stages ou les précédentes journées féminines étaient présentes, ce serait une belle satisfaction pour la Commission Féminine. Soyons optimiste !

Michèle ROUX

Membre de la Commission féminine du CD 63 TT