



**BILAN STAGE REGIONAL EPEE
A DAX
Du 22 au 25 octobre 2023**



Encadrement :

- Maître Edouard ABITBOL (Targon)
- Maître Emmanuel Garret (Dax)
- Maître Jeanne COLIGNON

Présentation du stage :

Contexte de ce stage :

Premier stage de l'année avec l'effectif complet soit 31 jeunes de la Région Nouvelle Aquitaine. Ce stage s'est déroulé du dimanche fin de journée au mercredi de la première semaine des vacances scolaires. Le samedi et le dimanche se déroulait l'épreuve nationale M17 dans la même enceinte sportive.

Effectifs :

Ce stage accueillait 31 jeunes, 16 filles et 15 garçons.

M13 : 8

M15: 13

M17: 10

Objectifs de travail du stage :

Travail de la préparation par la marche.

- ➡ Prise de distance
- ➡ Résister / combattre tout en défendant sa distance
- ➡ Attaque sur la préparation
- ➡ Recherche du moment pour attaquer sur la préparation
- ➡ Marche + défensive



Programme :

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi
Matin		Sport collectif	échauffement fondamentaux	échauffement Compétition : poules
		Séance de fondamentaux	Assauts à thèmes	
Midi		repas	repas	repas
		Vidéo : sens tactique	Leçons / sports co Travail en groupe	Compétition : tableau
		Echauffement / réathlétisation		
		Assauts : montante descendante Mise en pratique de l'analyse vidéo	Assauts groupe M13 / M15	Explication de la saison et mode de sélection
	Repas	Repas	Repas	Fin du stage Repas
Soir	Retour sur la compétition Point sur les règles d'arbitrage	Jeux : loup garou	Assauts groupe M15/M17	

Bilan du stage :

L'idée de faire un stage juste après l'épreuve nationale M17 avait pour but de limiter les coûts en termes de déplacements et de montrer une compétition M17 aux plus jeunes.

Ceci nous a permis de réaliser un partage d'expérience entre les jeunes sur la manière d'appréhender une compétition et les premiers assauts.

Le niveau des stagiaires était assez varié mais cela s'explique par la différence d'âge entre eux. Ainsi plusieurs difficultés ont été repérées : problèmes dans la gestion de la distance, exécution des parades peu maîtrisée, difficulté à rester actif même quand le tireur souhaite défendre.

Tout au long du stage, les jeunes ont été très investis, curieux et nous les félicitons pour leur attitude et leur comportement. Ils ont travaillé avec envie et plaisir et nous avons observé de nombreux progrès.

