

1er Entraînement Spécifique Gardiens et Gardiennes de Buts

Le mercredi 25 octobre 2017 à Lédignan (14h-16h30)



Constat :

Dans le handball départemental, nous constatons une diminution du nombre de Gardien(ne)s de but(s). Cela concerne notamment les petites catégories car la plupart des joueur(se)s préfèrent évoluer sur le terrain, et ainsi éviter les tirs, estimés trop puissants.

Suite aux regroupements départementaux des Gardien(ne)s de but(s) de la saison passée, la Commission Technique départementale souhaite renouveler ces regroupements dans différents secteurs lors d'une après-midi durant les vacances scolaires.

Proposition :

La Commission Technique départementale propose donc à tous les clubs gardois de solliciter leurs **Gardiens et Gardiennes de Buts (nées en 2004, 2005 et 2006)**, afin qu'ils ou elles participent à un « 1er Entraînement spécifique Gardiens et Gardiennes de Buts », **le mercredi 25 octobre 2017 à Lédignan de 14h à 16h30.**

Objectifs :

- Augmenter le nombre de Gardien(ne)s de Buts
- Améliorer les savoir-faire individuels des Gardien(ne)s de Buts
- Faire se rencontrer les joueur(se)s des clubs gardois
- Echanger avec des Gardien(ne)s de Buts de haut-niveau

Thèmes de travail sur les savoir-faire individuels :

- Travail de coordination/Dissociations segmentaires
- Vitesse/Accélération
- Souplesse
- Motricité générale et spécifique
- Pré-parade
- Parade
- Explosivité
- Equilibre
- Enchaînement parade-reliance
- Placement/Déplacement
- Lecture du jeu
- Lecture de tirs
- Collaboration avec les défenseurs
- Lecture du duel Porteur de balle/Défenseur du Porteur de balle
- Duel tireur/gb

Fonctionnement :

- Entraînement de 2 heures avec joueur(se)s à disposition des Gardiennes de Buts.
- Séances menées par Karine ZUCKER (AL Bouillargues) et les techniciens du Comité du Gard de Handball.

Joueur(se)s convié(e)s, issu(e)s de tous les clubs gardois :

- Gardien(ne)s de buts nées en 2004
- Gardien(ne)s de buts nées en 2005
- Gardien(ne)s de buts nées en 2006

Pour information: Ces séances sont obligatoires pour les Gardien(ne)s sélectionné(e)s pour les stages départementaux 2004 et 2005 :

ASTIER Ada (USAM Nîmes)

BENED Sara (HBV Vergèze)

LUC Déborah (AL Bouillargues)

BENHELLAL Léna (SC Vaunage)

MALOSSE Elfie (Remoulins SHB)

TAULELLE Marysol (COS Pont-St-Esprit)

BIANCIOOTTO Carla (AL Bouillargues)

MAHEU Nathan (USAM Nîmes)

AUMASSON Tim (Vergèze HBM)

FEUERSTEIN Joris (Vergèze HBM)

GINOUX Yoan (Alès Mines HB)

GEX Célian (CS Marguerittes)

ROCHE Grégory (HBC Aramon)

NUTY Mathis (Costière HB)

LAUPIES Lilian (AS St-Ambroix)

BISOU Naël (USAM Nîmes)

La Commission Technique départementale