

## 2<sup>ème</sup> Entraînement Spécifique Gardien(nes) de Buts

Le mardi 18 Février 2020 à St-Géniès-de-Malgoirès pour les filles (14h-16h30)

Le mercredi 19 février 2020 à Lédignan pour les garçons (14h-16h30)

*Chez les garçons : Séance menée par  
Maxime AICARDI (Bagnols, ancien GB  
D1 à Chambéry, LNH) + techniciens du  
Comité du Gard de handball*



*Chez les filles : Séance menée par Karine ZUCKER (Ancienne  
GB D1F HBC NIMES - Coach Spécial GB D2F BNNM) +  
techniciens du Comité du Gard de handball*

### Proposition :

La Commission Technique départementale propose donc à tous les clubs gardois de solliciter leurs **Gardien(nes) de Buts (nés en 2006, 2007 et 2008)**, afin qu'ils ou elles participent au « 2<sup>ème</sup> Entraînement spécifique Gardiens et Gardiennes de Buts » :

**Pour les filles : le mardi 18 février 2020 à St-Géniès-de-Malgoirès de 14h à 16h30.**

**Pour les garçons : le mercredi 19 février 2020 à Lédignan de 14h à 16h30**

## Objectifs

- Augmenter le nombre de Gardien(ne)s de Buts
- Améliorer les connaissances et 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-re lance
- 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



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

- Gardien(ne)s de buts nés en 2006
- Gardien(ne)s de buts nés en 2007
- Gardien(ne)s de buts nés en 2008



**Pour information** : Ces séances sont obligatoires pour les Gardien(ne)s sélectionné(e)s pour les stages départementaux 2006, 2007 et 2008

## Gardiennes de buts

DESCHAZEUX Thalia  
BANGOURA Helena  
CRIBEL Célia  
DEBOTTE Lucie  
PERRIN Amandine  
JAQUET Astrid  
WIECZORECK Dana  
PANICUCCI Candice  
WOJCIECHOWSKI Lucie  
DECHELLE Mailie  
DERONDEAU Noémie  
CARUANA Anais  
YAGOUBI Meryam  
PLEVERT Oriane

## Gardiens de buts

BA Moussa  
CORTES Mathias  
DAUMAS Faustin  
HERNANDEZ Mathias  
BROCHARD Nino  
CHORON Numa  
AVIET Anton  
COESSY Jules  
GIRARD Gael  
MARTINES Matthias

La Commission Technique Départementale