

Nîmes, le 8 octobre 2020

1ers Entraînements Spécifiques Gardien(nes) de Buts

Le mercredi 21 Octobre 2020 à Vergèze pour les filles (14h-16h30)

Le jeudi 22 Octobre 2020 à Aramon pour les garçons (14h-16h30)

Chez les garçons : Séance menée par **Gabriel BOURGUIGNON (Coach Spécial GB, Lidl Star Ligue, USAM Nîmes Gard)** + techniciens du Comité du Gard de handball



Chez les filles : Séance menée par **Karine ZUCKER (Coach Spécial GB, D2 Féminine, Bouillargues Hb Nîmes Métropole)** + les 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 2007, 2008 et 2009)**, afin qu'ils ou elles participent au « 1^{er} Entraînement spécifique Gardiens et Gardiennes de Buts » :

Pour les filles : le mercredi 21 Octobre 2020 à Vergèze (avenue du Levant) de 14h à 16h30.

Pour les garçons : le jeudi 22 Octobre 2020 à Aramon (10 avenue Jean Moulin) 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-relande
- 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 2007
- Gardien(ne)s de buts nés en 2008
- Gardien(ne)s de buts nés en 2009



Pour information : Ces séances sont obligatoires pour les Gardien(ne)s sélectionné(e)s pour les stages départementaux 2007, 2008 et 2009.

Gardiennes de buts

PANICCUCCI Candice (BHNM)
WOJCIECHOWSKI Lucie
(CSMarguerittes)
CARUANA Anaïs (UHTB)
BOUCHIKI Amel-Jade
PLEVERT Oriane (Vaunage)
PASQUET Mary (AOG)
YAAGOUBI Méryam (USAM)
LERONDEAU Noémie (HBC Aramon)
LOYAL Loralie (BHNM)
BURET Lucy (AS St-Ambroix)
BERNECUT Colombe (HB Bagnols
GR)
SABATIE Marion (Vaunage)

Gardiens de buts

AVIET Anton (USAM Nîmes)
COESSY Jules (USAM Nîmes)
DRAUSSIN Rémi (USAM Nîmes)
EL BAZ Zakaria (USAM Nîmes)
HERNANDEZ Mathias (Hb Bagnols GR)
MARTINES Matthias (UH Tarascon-Beaucaire)
MARTINEZ-T. Yolán (CHB Vauvert)
MORENO Florian (Vergèze HB)
PERROCHON Gabin (Costière HB)
RONCIN Mael (AS St-Ambroix)

A noter, les protocoles sanitaires liés au COVID19 seront mis en place lors de cette après-midi.
(Gestes barrières, maintien distance physique, port du masque hors terrain...)

La Commission Technique Départementale