

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<sup>er</sup> 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