

2èmes Entraînements Spécifiques Gardien(nes) de Buts

Le mercredi 4 mars 2026 à Garons pour les filles (14h-16h30)

Le mercredi 4 mars 2026 à St-Génès-de-Malgoirès pour les garçons (14h-16h30)



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



*Chez les filles : Séance menée par **Sébastien LE MAO** (Coach Spécial GB, Bouillargues Handball Nîmes Méditerranée) + techniciens du Comité du Gard de handball*

La Commission Technique départementale propose à tous les clubs gardois de solliciter leurs **Gardien(nes) de Buts (nés en 2012, 2013 et 2014)**, afin qu'ils ou elles participent au « 2^{ème} Entraînement spécifique Gardiens et Gardiennes de Buts » :

Pour les filles : le mercredi 4 mars 2026 à Garons de 14h à 16h30
(Halle des sports, carrière des amoureux, proche route de Bouillargues)

Pour les garçons : le mercredi 4 mars 2026 à St-Génès-de-Malgoirès de 14h à 16h30
(Halle des sports, rue Frédéric DESMONS)

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 2012
- Gardien(ne)s de buts nés en 2013
- Gardien(ne)s de buts nés en 2014

Pour information : Ces séances sont obligatoires pour les Gardien(ne)s sélectionné(e)s pour les stages départementaux 2012, 2013 et 2014.

Gardiennes de buts invitées

AVERLANT COQUELET	LUCE	VERGEZE HB
BARRES	LILLOU	AO GARDONNENQUE
BEN YAHYA	IMANE	HBC JONQUIERES
BERGOGNE	VALENTINE	SC VAUNAGE
BOURLET	ANAI	COS PONT ST ESPRIT
BRUN	LEONIE	SOMMIERES
CHASSAIN	NAOMIE	SC VAUNAGE
COUMEL	MARIE	BOUILLARGUES HNM
DARKAOU	SHAHINEZE	CS MARGUERITTES
DUBOIS SOBRAL	ZOE	HBC GENERAC
GLADONE	ENORA	CS MARGUERITTES
GUEYMARD	MAELLE	AS ST-AMBROIX
HUTEAU	CALLIE	USAM NIMES GARD
JACQUOT	LILY	HBA LEDIGNAN
JENDOUBI	SELMA	BOUILLARGUES HNM
LATOUR	AUGUSTINE	USAM NIMES GARD
LE LOUEDEC	LENA	GH ARAMON-ROCHEFORT
LUNEL	AMBRE	CS MARGUERITTOIS
MADRID	HANAE	BOUILLARGUES HNM
MAGDELEINE LBOUC	ANAI	COS PONT ST ESPRIT
MARTIN	STACY	BOUILLARGUES HNM
MEYSSONNIER	NOELY	COSTIERE HB
NOZZI FANJAUD	ARIANE	USAM NIMES GARD
OUFROUK	FARAH	AO GARDONNENQUE
OUFROUKH	FARAH	AO GARDONNENQUE
PELTIER	CHLOE	GH ARAMON-ROCHEFORT
PEUVRIER	ELLA	VERGEZE HB
PONS	LOUISE	USAM NIMES GARD
PORTAL VACHE	CHLOE	USAM NIMES GARD
RACHIDI	MAISSENE	VAUVERT
REQUENA-PEREZ	NINE	SC VAUNAGE
SADRI	INES	UH TARASCON-BEAUCAIRE
SIFFOU	SHAHINEZ	VAUVERT
SPIEGEL	MAELYSS	SCH GENERAC
VAN	MAILYNE	UH LAUDUN-L'ARDOISE
VIALA	AGATHE	CIGALOIS HBC
ZAPATA GARCIA	MAILY	UH TARASCON-BEAUCAIRE

Gardiens de buts invités

ABRIC	TOM	USAM NIMES GARD
ALPINI	LINO	ALES CHB
AZZOUZ-VIGIER	CYHAN	USAM NIMES GARD
BALESTRA	LEO	CIGALOIS HBC
BOJ	LOHAN	COSTIERE HB
BOUGEARD	LOHAN	H BAGNOLS GR
BOURGUIGNON NOUGUIER	GASPARD	USAM NIMES GARD
BRARE	THEO	USAM NIMES GARD
BRILLE	ABEL	CS CHEMINOTS NIMOIS
BROULHET	CHARLIE	HBC SOMMIERES
CARMINATI	LOIS	BAGNOLS GR
FANCHINI	ROBIN	UH TARASCON-BEAUCAIRE
FAVRE-TAYLAZ	QUENTIN	UH TARASCON BEAUCAIRE
FLORES FRANCOIS	RAFAEL	COSTIERE HB
GAUBERT	MAEL	HBC ST-GILLES
GIRARD	MARTIN	GH ARAMON ROCHEFORT
GUINGNE MAURIN	LINO	REMOULINS SHB
LAI	LENNY	HB TERRE DE CAMARGUE
LARAVINE	ELLIOT	VERGEZE HB
LOCQUEGNIES	MAEL	CO BELLEGARDE
MARTINEZ	MATHIS	USAM NIMES GARD
MOREL	MAE	AO GARDONNENQUE
OYAYA JEANJEAN	CAMERON	COS PONT-ST-ESPRIT
PEYRONNET	MAXENCE	REMOULINS SHB
RAYNAUD	IAN	H BAGNOLS GR
RICHARD D'AMBROSIO	TIM	USAM NIMES GARD
ROHOU	JAD	HBC SOMMIERES
ROUDAUT	MAEL	SC VAUNAGE
SAUVEUR	ALBAN	CS MARGUERITTES
SIMAO ALVES	KEVIN	SCH GENERAC
TORRA	NOE	BAGNOLS GR
WERQUIN	ARTHUR	VERGEZE HB

La Commission Technique Départementale