

Compte rendu Stage minimes Saint Renan

18 et 19/12/2010



Planning du stage :

Samedi 18 décembre 2010		9h30-10h	10h-11h45	12h-14h	14h30-17h	17h30-20h	20h30-21h30	22h-23h
		Accueil	Entraînement par familles + test 30m	déjeuner	Entraînement par familles + test lancer MB	repos	Repas	Retour sur les entraînements visionnage film
		Stade Saint renan	Stade Saint renan	salle Pierres noires	Stade Saint renan	Maison Familiale	salle Pierres noires	Maison Familiale
Dimanche 19 décembre 2010	8h15-9h	9h30-11h45		12h-14h	14h30-17h			
	Petit déjeuner	Entraînement par familles + test 250 m		déjeuner	Entraînement par familles + test quintuple bonds + cloture stage			
	cafétiériat casino	Stade Saint renan		salle Pierres noires	Stade Saint renan			

Le CDA 29 a organisé les 18 et 19 décembre 2010 un stage de perfectionnement pour les athlètes minimes du département, ainsi qu'aux athlètes ayant participé aux 2 intercomités. Les athlètes pouvaient choisir les disciplines qu'ils souhaitaient pratiquer (lancers, ½ fond et sprint/haies).

Ces stages sont aussi un moyen pour les athlètes de découvrir plusieurs disciplines de l'athlétisme grâce à des entraîneurs qualifiés ayant suivi une remise à niveau des compétences en participant à des formations départementales, régionales ou même nationales.

Si l'entraîneur d'un athlète souhaite participer à un stage en tant qu'encadrant, il est toujours le bienvenu, de même que s'il préfère que l'athlète s'entraîne en fonction de son plan d'entraînement il suffit de le préciser.

EFFECTIF :

-37 athlètes présents

-Encadrement :

- *Gildas Porzier -PLA (2jours + nuit)
- *Frédéric Le Helley-PLA (1jours ½ + nuit)
- *Franck Lecocq-PLA (1 jour ½ + nuit)
- *Sandra Jahan-QA (1 jour + nuit)
- *Eric Mazet-SB (1 jour ½)
- *Sylvain Le Loch-CAB (1 jour)

Préparation du stage en amont, convocations et Intendance :

- *Cyrille Le Nader – CDA 29

Soit 44 personnes au total

TRANSPORT :

Le transport entre les différents lieux s'est effectué avec les voitures personnelles des dirigeants. Les kilomètres sont remboursés en fonction.

Pour les prochains stages faire des devis pour réserver au moins un minibus qui fasse les navettes : c'est beaucoup plus sécurisant quand le nombre d'encadrants est restreint.

PERSPECTIVES :

Organiser un stage sur 1 jour ½ ou plusieurs jours si le nombre d'entraîneurs est suffisant, avec un programme élaboré à l'aide des différents entraîneurs des athlètes, ce qui implique une meilleure communication entre l'entraîneur et le CDA29.

CONCLUSIONS :

-Lors des prochains stages une feuille d'évaluation devra être remplie par les entraîneurs et les athlètes en clôture afin de tenir compte de leurs remarques pour d'éventuelles améliorations dans l'organisation. Pour ce stage seules 2 remarques : pas d'oreiller et selon certains la nourriture pas très bonne.

- Depuis 2 ans les stages de décembre sont quelque peu perturbés par les conditions climatiques, il faudra penser les organiser en novembre l'année prochaine.

-Eviter pour les prochains regroupements de mettre un stage départemental à la même date et sur le même lieu qu'un cross ou compétition, ou l'intégrer dans le programme du stage.

Un stage départemental devrait être complémentaire au stage de clubs

Un grand merci au club de l'IA/Saint Renan qui nous a prêté son local et son matériel, à la Mairie de Saint Renan pour le prêt des installations sportives (Gymnase, vestiaires et douche, stade, et la salle des Pierres noires pour la restauration), ainsi qu'au directeur de la Maison Familiale et au directeur de la cafétéria Casino pour leur disponibilité et leur gentillesse.

Une journée qui a permis aux différents athlètes de se rencontrer, se découvrir et s'apprécier.

Merci aux entraîneurs sans qui rien n'est possible.