

## **Objet : Centre d'entraînement UPCV**

**Date : Saison 2024-2025**

- 1- **Présentation et objectifs**
- 2- **Organisation Section départementale**
- 3- **Classe Horaire Aménagé (Collège) et Section Sportive (Lycée)**

### **1- Présentation du projet et objectifs**

Constatant que de plus en plus de joueurs des clubs extérieurs, et notamment certains jeunes, viennent s'entraîner régulièrement au Creusot, l'idée de la création d'un centre d'entraînement redevient de plus en plus crédible.

En effet, certains jeunes qui souhaitent progresser n'ont pas ou peu d'entraînements dirigés intéressants pour eux au sein même de leur club, et il nous paraît donc essentiel de proposer une offre convenable à chacun, et dans laquelle tout le monde serait gagnant.

#### **Les objectifs du projet sont donc les suivants :**

- Apporter une offre supplémentaire aux jeunes motivés et qui souhaitent progresser
- Ramener une dynamique de travail positive et une cohésion au sein du département
- Améliorer les résultats du département et des jeunes concernés en régionale et nationale
- Apporter de la qualité et du nombre dans les séances du club au bénéfice de chacun

### **2- Organisation et mise en place de la section départementale**

#### **Offre :**

- Mise en place d'un suivi individuel et d'une planification d'entraînement
- Travail sur les 4 axes principaux du ping = Technique/Tactique/Physique/Mental
- Possibilité de 2,3 ou 4 séances collectives par semaine + une séance individuelle optionnelle
- Soit un volume horaire hebdomadaire pouvant aller de 5 à 10h d'entraînement
- Mise en place de créneaux pour le travail scolaire si besoin
- Participation obligatoire au Critérium

#### **Séances Obligatoires :**

- Séances collectives le mercredi de 14h00 à 17h00
- + 1 à piocher dans les facultatives
- + 2 jours minimum de stage comité à chaque période de vacances

#### **Séance facultative selon profil et/ou de la logistique et/ou du travail scolaire :**

- Séance collective club du mardi de 18h00 à 20h00
- Séance collective club les jeudis de 19h00 à 21h00
- Séance match à thèmes le vendredi de 18h30 à 20h00

#### **Séance individuelle éventuelle :**

A définir en fonction des disponibilités de chacun

#### **Critères d'entrée au centre d'entraînement :**

- Avoir un projet et des objectifs cohérents dans le tennis de table
- Entretien de motivation
- Accord de l'entourage familial et autorisation parentale signée
- Accord de principe avec le club d'appartenance du joueur
- Dossier d'inscription et règlement complet en début de saison

Tarif :

Joueurs UPCV = Tarif Classique Licence + Cotisation + Critérium

Joueurs Extérieurs = 150€ sans séance individuelle / 250€ avec séance individuelle

Nombre maximum de places = 8

Date de début de la section = mercredi 4 ou mercredi 11 septembre 2024

**3- Classe Horaire Aménagées (Collège) et Section Sportive (Lycée) et Internat**

En fonction du profil du joueur et si celui-ci est intéressé pour vivre pleinement son projet, il existe des possibilités sur le Creusot de « Classe Horaires Aménagés » sur certains collèges, ainsi que la possibilité d'horaires aménagés sur le Lycée en attendant la création d'une « Section Sportive Tennis de Table » en 2025.

Des possibilités d'internat existe également sur demande préalable. Se rapprocher des entraîneurs pour plus d'informations.

Contacts :

Cyril BERTHIER 06.83.21.35.73 / cyril.upcv71@gmail.com

Antoine BOURILLOT 06.61.23.72.62 / antoinebourillot@ymail.com