

QUELLES SONT LES COMPETENCES A ACQUERIR POUR ETRE COMPETITIVE AU NIVEAU INTERNATIONAL CADETTES



Ludovic REMY 2019



PLAN DE L'INTERVENTION

- Introduction.
- Présentation L.REMY.
- Plan de jeu des françaises sur le plan international (histoire).
- Les conséquences sur l'entraînement.
- Les joueuses européennes.
- Questions réponses.

	Carrière de joueur	Carrière professionnelle	Carrière d'entraîneur/coach
1981	Début du TT et du football (Arrêt en 1985) 10 ^{ème} au PPP national (un an d'avance)		
1987-1989	Section sport étude à Lunéville. Médaille de bronze aux Francs minimes 1987. Vice Champion de France cadet 1989. International cadet.		
1989-1995	Centre de haut niveau au CREPS de Lorraine.	1993 : BAC G2 mention AB	
1996-2014		Salarié Metz, éducateur sportif	
1995- 1999	Joueur nationale 1 à SMEC METZ n°28 en 1999 sans étranger.	1995-1996 : Brevet d'Etat 1 ^{er} degré et BEESAPT	Joueur Entraîneur du club SMEC METZ de 1996 à 2009. Responsable adjoint Section Sportive et tous publics. Plusieurs médailles aux Championnats de France jeunes KUKONYA.
1999-2000	Joueur de super division à SMEC METZ n°18 sans étranger.		
2000-2001	Joueur nationale 1 à SMEC METZ n°22 sans étranger Vice champion de France seniors en double messieurs.		
2001-2002	Joueur de super division à SMEC METZ n°20 sans étranger.	BEES 2	
2002-2003	Joueur de nationale 1 à SMEC METZ n°18 sans étranger.		
2003- 2004	Joueur de PRO B à SMEC METZ n°51. Vice champion de France de PRO B. Champion de France par classement n°51 à 1000.		
2004-2008	Joueur de PRO A à SMEC METZ n°31 en 2006 (11 français) Médaille de bronze en double séniors aux Championnats de France et 3 fois quart de finaliste en simple. 3 fois quart de finaliste de la Coupe d'Europe Nancy Evans.		
2008-2009	Joueur de PRO B à SMEC METZ		
2009-2014	Joueur de nationale 1 à METZ TT	Salarié Metz TT	Entraîneur METZ TT 2009 à 2014 tous publics. Coach de la PRO B masculine Responsable du Pôle Espoirs Lorraine à Metz Responsable de la section sportive METZ TT Plusieurs titres et médailles aux Championnats de France (Simple, double et interclubs) et tournois internationaux (EMC, CEJ, TOP 10) Joueurs formés ou accompagnés dans leurs formations avec mes collègues : ROBIN, PICARD, PICARD, WOZNIAK, DUVAL, LONARDI, PERRIN, NICOLLE, SEYFRIED, CHOBEAU, KLEIN, KREDER, DEVILLE, DORR.. 2 fois vainqueur du Challenge Bernard Jeu 2012 et 2014
2014-.....		Salarié FFTT. De 2014 à 2018. Entraîneur national en contrat PO depuis février 2018.	Responsable technique Pôle France de Nancy Capitaine Equipe de France cadettes filles. Vice-Champion d'Europe avec les moins de 15 ans en 2017 Médaille de bronze avec les moins de 15 ans en 2018 Plusieurs médailles aux CEJ en compétition individuelle et en double.

PLAN DE JEU DES FRANÇAISES SUR LE PLAN INTERNATIONAL

- **2014: Responsable Technique du Pôle France Nancy** (cadettes).
- **2015:** Découverte du niveau international cadette comme **adjoint** de Nicolas SUAUDEAU au CEJ à Bratislava (Argent en par équipe), Lucie GAUTHIER (argent en simple), RANDRIANTSOA Vony Ange (bronze en mixte).
- **Stratégie générale:** développer un jeu complet avec beaucoup de variation sur les effets les trajectoires pour sortir de la vitesse (1^{ère} balle, rythme) et améliorer les coups en service remise. (Leili, Lucie).
- **Casser les barrières** sur la capacité des filles à battre notamment les Russes, les Roumaines.
- **2016: Responsable des cadettes** (adjoint Benjamin GENIN). CEJ à Zagreb (Prithika argent en double mixte avec Vincent PICARD, Prithika quart en simple, Claire Picard quart en simple).



PLAN DE JEU DES FRANÇAISES SUR LE PLAN INTERNATIONAL.

- **2017: Responsable des cadettes** (adjoint Benjamin GENIN). CEJ à Guimarães (1 médaille, Argent en par équipe, 4 filles et 2 double en 8^{ème}, Prithika perd en quart).
- **2018: Responsable des cadettes** (adjoint Nicolas GREINER). CEJ à Cluj (4 médailles, Or pour Prithika et Chloé, Argent pour Prithika en double mixte avec Fabio, Bronze en par équipe, Bronze pour Prithika en simple).
- **2019: Responsable des cadettes** (adjointe Alice JONEAU)
- De **2016 à aujourd'hui**, suite à l'expérience sur le circuit international j'ai opté pour une stratégie axée sur l'anti vitesse, et l'apprentissage globale.
- Nous devons développer un jeu à la française propre à nos qualités , aller défier les asiatiques et les pays de l'est uniquement en rythme n'est pas envisageable en féminines à mon sens. Objectif à long terme seniors.



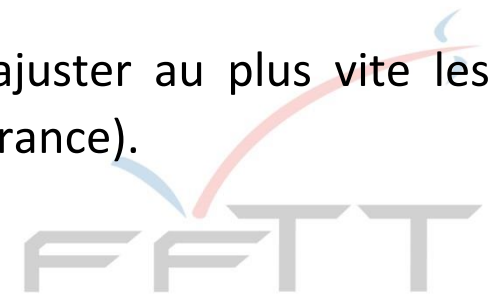
LES CONSEQUENCES SUR L'ENTRAINEMENT

- **Le jeu des françaises en cadettes** doit être axé sur un jeu complet avec un bagage technique très important afin de pouvoir s'adapter à chaque système de jeu , en contrant le jeu de vitesse en général par diverses solutions techniques:
- **Stratégie de jouer court long , lent vite, placement avec changement de position et adaptation, variation des coups techniques.**
- **Rythme:** être capable sur chaque coup technique de les jouer en mode lent et en mode rapide.
- **Service :** Etre capable d'avoir une gamme complète avec des services court des services longs et 2 rebonds, servir de plusieurs endroits (charge /sans charge), sortants, variation de charge.
- **Remise:** Maitriser l'ensemble des coups techniques en remise (RI/RL/Poussette courte et longue/ sans charge avec charge/ flip cd.
- **Profondeur:** être capable de changer de profondeur en rythme lent (passage et rapide près).
- **Contre initiative:** Partie intégrante de l'entraînement, maitrise de l'ensemble des coups techniques (en lent/ rapide/force).



LES CONSEQUENCES SUR L'ENTRAINEMENT

- **Initiative:** Maitrise de l'ensemble des tops spin (Court, long, lent, vite, effet , force, trajectoire, hauteur et latérale dissociation avant bras mains, blocs spins, contre tops, 1, 2, 3 , droite, gauche, gauche, droite).
- **Mental Concentration Stabilité Attitude:** Afin de s'adapter au système de jeu de l'adversaire il ne faut pas paniquer et prendre le temps de trouver les coups techniques et les solutions afin de verrouiller l'adversaire.
- **Physique:** Adaptation à la **période de croissance, dissociation, bras gauche, coordination..** il est important d'y passer du temps dès le plus jeune âge et de travailler sur le rythme lent (pas que vitesse).
- **Posture:** Notre stratégie de jeu demande une posture qui doit être acquise (court, long , lent vite, profondeur, changement de rythme).
- **Stratégie:** Adaptation rapide au jeu de l'adversaire et ajuster au plus vite les solutions et le système de jeu à employer. (différence en France).



LES CONSEQUENCES SUR L'ENTRAINEMENT

- **Tactique** : Apprendre aux joueuses dans la formation à mettre du lien entre le service, la remise et les placements (intentions, PC, coude, diagonale cd, position) dans un système de jeu varié (lent vite, long-court, initiative contre initiative, effet force, charge d'effet, trajectoire). Se construire son jeu et y réfléchir comme l'ensemble du projet de la joueuse (plan de jeu, vision à long terme) et pouvoir s'adapter tout le temps en fonction de l'adversaire (exemple CEJ).



LES EUROPEENNES

Systeme de jeu et forces et faiblesses des europeennes et des francaises.

1	1	ZAHARIA Elena	Female	ROU
2	2	ARAPOVIC Hana	Female	CRO
3	5	HURSEY Anna	Female	WAL
4	4	TOLGYES Dorottya	Female	HUN
5	3	PAVADE Prithika	Female	FRA
6	6	PAPADIMITRIOU Malamatenia	Female	GRE
7	10	KAUFMANN Annett	Female	GER
8	7	SOMMEROVA Helena	Female	CZE
9	11	BRZYSKA Anna	Female	POL
10	9	SZTIWERTNIA Ilona	Female	POL
11	8	ZAVARYKINA Alina	Female	RUS
12	13	SINGEORZAN Ioana	Female	ROU
13	17	LUTZ Charlotte	Female	FRA
14	15	EARLEY Sophie	Female	IRL
15	12	PRANJKOVIC Naomi	Female	GER
16	14	DMITRIENKO Svetlana	Female	RUS
17	16	MATOS Ines	Female	POR
18	21	SANTOS Patricia	Female	POR
19	18	ARLIA Nicole	Female	ITA
20	23	KANUNNIKOVA Vasylysa	Female	UKR
21	20	VASILENKA Darya	Female	BLR
22	22	UNGVARI Evelyn	Female	ROU
23	19	TVEIT MUSKANTOR Leah	Female	SWE
24	24	CHAN Ruby	Female	ENG
25	26	ADAMIK Csenge	Female	HUN

CONCLUSION

- Cette intervention se voulait une vision de ma part sur la catégorie cadettes à l'international, en espérant que cela vous apportera des éléments dans votre travail au quotidien (entraîneur, formateur).
- Merci de votre présence et de votre engagement pour le Ping féminin.
- Je vous remercie de votre attention.
- Questions, Réponses?

