Le Pôle National Sud Tennis de Table

Structure d'entraînement national,

En partenariat avec la Ligue Occitanie et les clubs

d'**ASPC Nîmes** et de

Montpellier Tennis de Table

Les objectifs

- Organiser **une structure de l'excellence** qui sensibilise à un travail de qualité à effectuer en amont dans les trois régions du sud de la France et particulièrement en Occitanie dans le domaine de la détection et du perfectionnement des jeunes talents (PPR)
- Permettre aux pongistes issus du **Pôle Espoir occitan** (délocalisé sur plusieurs sites : Nîmes, Montpellier et Auch, notamment) et intégrés dans l'élite nationale d'accéder à une qualité d'entraînement supérieure tout en restant en Occitanie.
- Proposer à des jeunes garçons et filles, issus de clubs du Sud de la France (PACA et AURA), une structure d'entrainement adaptée à leur progression sportive et scolaire avant d'entrer en Pôle France (Nantes pour les garçons et Nancy pour les filles).
- Inscrire et accompagner les meilleurs profils à un ou deux OPENS par saison (non payés par la FFTT), ceci afin de renforcer le classement international, des athlètes susceptibles d'intégrer l'équipe de France
- Prévoir avec les partenaires privés (équipementiers) des stages internationaux (Japon, Chine, Corée) et accompagner les athlètes durant plusieurs semaines.

Le cahier des charges

Les catégories d'âges :

De 11 à 17 ans, en privilégiant :

- 11 à 14 ans pour les garçons ne pouvant, géographiquement, intégrer le Pôle France Jeunes de Tours et devant se déplacer en avion pour aller à Nantes. (Une passerelle avec Nantes par le biais de stages nationaux sera obligatoire).
- 11-13 à 16-17 ans pour les filles afin de les laisser « grandir » pour se déplacer seules à Nancy.

Le niveau exigé :

Se classer parmi les 5 meilleur(e)s français(es) de sa catégorie d'âge et posséder le potentiel pour intégrer un projet d'accès vers le haut niveau tel que défini dans le **P**rojet de **P**erformance **F**édéral de la FFTT.

Les volumes d'entraînement :

Ils seront adaptés à la catégorie et au développement morphologique de l'enfant. Les structures proposeront de 15 à 22 heures d'entraînement hebdomadaires (incluant un travail de préparation physique, lié aux contraintes de l'activité mais aussi en prévention des blessures).

L'entraînement pourra être biquotidien deux à trois par semaine, en fonction du programme scolaire ainsi que des entraînements communs entre les deux clubs support (une journée à Montpellier et une à Nîmes).

En complément, elles proposeront, en collaboration avec la Fédération et ses organes décentralisés, des stages durant les vacances scolaires, pour atteindre un volume annuel de 35 à 50 jours de stages régionaux, nationaux ou internationaux (toujours en lien avec le PPF).

La relance :

Des sparring partner de niveau égal ou plus fort, indispensables à la pratique du Tennis de Table seront présent(e)s aux séances d'entraînement.

La préparation physique :

Un préparateur physique diplômé et expérimenté, assurera la planification, préparera les séances quotidiennes et sera présent au moins 1 fois par semaine.

La scolarité :

Elle sera adaptée aux individus, permettant la réalisation du double projet.

Des horaires aménagés ne suffisent pas pour des athlètes à la carrière internationale dès l'âge de 14 ans. La FFTT essaie de créer un système autour des athlètes. Nous privilégierons :

- L'adaptabilité des professeurs aux absences régulières de nos athlètes (stages nationaux, internationaux, OPENS, passage du BEPC, du BAC…)
- L'allègement de certaines matières avec le CNED

Il apparaît fondamental que nos athlètes suivent un cursus scolaire classique jusqu'au Baccalauréat, en aménageant au maximum leur emploi du temps. Ceci afin que leur scolarité ne soit pas un frein mais une source de satisfaction permettant à nos jeunes d'être non seulement équilibré(e)s mais aussi concentré(e)s pour s'entraîner.

Une réflexion est en cours concernant les athlètes post BAC (Lucie GAUTHIER par ex.), afin de leur permettre de continuer leur carrière internationale (Equipe de France Seniores, préparation des grandes échéances (JOJ, Championnats d'Europe, Championnats du Monde, JO 2024 à Paris)), tout en effectuant un cursus universitaire.

Le programme d'entraînement :

Il prendra en compte un tryptique incontournable : Entraînements, Compétitions, Récupération (dans un programme annuel décliné au quotidien).

La permanence de la structure :

La structure d'entraînement est permanente, néanmoins aucun quota minimum de joueur(euse)s ne sera requis chaque saison.

Les entraînements

Nîmes ASPC, Complexe Sportif St Stanislas, 101, Chemin de la Cigale, 30 900 Nîmes

Montpellier TT, Gymnase Alain Achille, 1 Place Marcel Godechot, 34090 Montpellier

L'enseignement et les hébergements

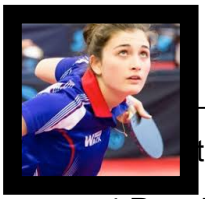
Site de Nîmes :

Collège Jean ROSTAND, 43 Route d'Alès- 30 900 - NÎMES (04 66 62 91 71)

www.clg-rostand-nimes.ac-montpellier.fr/

Lycée Albert CAMUS, 51 Avenue Georges Pompidou- 30 900 - NÎMES (04 66 62 91 71)

www.lyc-camus-nimes.ac-montpellier.fr



Montpellier :

t d'Excellence

4 Rue du 81E Régiment d'Infanterie, 34090 Montpellier

Tél 04 67 06 17 80

http://www.cite-scolaire-reussite.ac-montpellier.fr/

Les modalités d'entrée dans la structure

Les athlètes recevront un dossier de la DTN pour postuler, via leur ligue et leurs entraîneurs, début mars. Ils devront le renvoyer à la FFTT pour le 15 avril 2018.

La commission nationale d'entrée en Pôle France se réunira le 16 mai 2018 pour réaliser la liste d'intégration pour chaque structure nationale.

Les sportif(ve)s sollicité(e)s saison 2018/2019

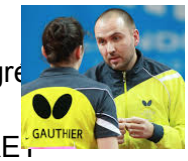
- **Minimes** (-13 ans)
  - **Félix LEBRUN** (Montpellier TT), M2, site de Montpellier (n°1 en minimes, vainqueur des EMC en 2006, titulaire de l'équipe de France Cadets)
  - **Eva VANG** (ASPC Nîmes), M2, site de Nîmes (n°5 en 2006)
- **Cadet(te)s** (-15 ans)
  - **Ylane BATIX** (Cogolin), C1, site de Montpellier, (N°5 en 2005)
- **Junior(e)s** :
  - **Alexis LEBRUN** (Montpellier TT), J1, site de Montpellier (n°2 en 2003, sélectionné en équipe de France Cadets de 2015 à 2017)
  - **Guillaume ALCAYDE** (Monaco), J2, Site de Montpellier (N°4 en 2002)
  - **Bérénice MARTEAU** (ASPC Nîmes), J3, site de Nîmes (N°2 en 2001)
- **Senior(e)s**
  - **Lucie GAUTHIER** (ASPC Nîmes), S1, site de Nîmes (N°1 en 2000)
    - Lucie intègre un programme national pour nos espoirs féminines à horizon Paris 2024
    - Qualifiée aux JOJ
    - Double Championne de France Juniors 2017
    - Championne de France en Double Seniors 2017
    - Championne d'Europe Double Mixte 2017

Les ressources humaines

- **Coordonnateur du Centre** : Damien LOISEAU, Conseiller Technique National, chef du projet national de détection, BEES 2ème degré, présence 3 jours par semaine (investissement de la FFTT à hauteur de 40% dans sa lettre de mission)
- **Conseillers Technique de Ligue** :
  - Florian MAILLARD, Coordonnateur des Pôles Espoir de la région Occitanie, BEES 2ème degré (investissement de la Ligue Occitanie à hauteur de 10h/sem sur les deux sites + encadrement des stages)

  - Guillaume JEAN, DEJEPS, n°400 fr (investissement de la Ligue Occitanie à hauteur de 10h/sem, notamment sur le site de Nîmes + encadrement des stages)

- **Site de Nîmes** : Florian HABUDA, entraîneur ASPC Nîmes, BEES 2ème degré
- **Site de Montpellier** : Stéphane LEBRUN, entraîneur Montpellier TT, BEES 1er degré
- **Préparateurs physiques** : Jérémy SURAULT, Bruno PARIETTI
- **Relance** : Olivier OUAZANA (n°200 fr), Kilian TORMOS (n°300 fr), Rachel MORET (n°50 fr),….



La convention quadripartite

Elle sera signée entre la FFTT, la Ligue Occitanie et les deux clubs sollicités. La Ligue Occitanie portera le projet auprès des institutionnels (Conseil Régional, DRJSCS).

Le coût pour les familles

	Montpellier	Nîmes
Frais pédagogiques	1500	1500
Internat	1600 Collège 1900 Lycée 2800 Collège privé	1200 Collège 1300 Lycée
Total	De **3100** à **4300 €**	De **2700** à **2800 €**

Le budget (cf. pièce jointe Excel)

Les emplois du temps actuels :

<u>Site de Montpellier:</u>

Félix

Club : MTT

semaine type : tps scolaire

18h30

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
7h30		SI 7h30 à 8h30			
8h					
8h30					
9h					
9h30					
10h					
10h30					
11h					
11h30					
12h					
12h30	SI 12h45 à 13h45				
13h					
13h30			Pôle 13h30 à 16h30		
14h					
14h30	Pôle 14h30 à 17h30			Pôle 14h30 à 20h30	
15h					
15h30		Pôle 15h30 à 18h00			
16h					
16h30					
17h					Pôle 17h30 à 19h30
17h30					
18h					
18h30					
19h					
19h30					
20h					
20h30					

Site de Nîmes :

Emploi du Temps

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	
7h						
7h30						
8h	Cours	Travail Physique	Cours	Libre	Libre	
8h30						
9h			Cours	Cours	Cours	
9h30		Séance Ping				
10h	Cours		Cours	Cours	Cours	
10h30						
11h			Séance Ping	Cours / ½ Libre	Cours	
11h30	Cours	Libre				
12h				Cours / ½ Libre	Séance Ping	
12h30	Libre					
13h			Libre	Libre	Libre	
13h30			Etude			
14h		Cours		Séance Ping	Cours	
14h30						
15h	Physique / Pannier / Service	Cours		Séance Ping	Cours	
15h30			Séance Ping	Séance Ping		
16h	Séance Ping	Séance Ping		Séance Ping	Séance Ping	
16h30						
17h				Travail Physique		
17h30						
18h	Libre	Libre	Libre	Séance Ping	Libre	
18h30						
19h	Etude	Etude	Etude			
19h30						
20h				Libre		
20h30						
21h	Libre	Libre	Libre			
21h30						
22h						
22h30						
23h						Total
Cours	4	1	3	3	5	16
Etude	2	2	4			8
Séance Ping	3	6	5	6	3	23
Temps Libre	5	5	2	5	6	23
	14	14	14	14	14	