

Bilan plateau minibad Etape 3 -Baume-les-Dames



Jeunes présents (BABADOUC, BCPM, VDI, ASPTT, ASCAP, BC Etupes, BVV) :

Romane PERGAUD –Maiwen BOILLON - Louane BOILLON - Lucas COMPASSON-Martin BARSOT-
Marine PETIT-Lalie GELMO-Alice RAONDET-Arno PIERREL-Axel PIERREL-Julien THOUMY-Loic
CHARBONNEL-Maxine HUET- Théo SANDOZ-Tristan GEFFROY-Gabriel ANTUNES PEREIRA-Rémi
DOUAREC-Tristan LEPERE-Elis KONG A SIOU-Aude GUEYTANT-Kilian CHAPOUL-Etan MELOY-Ema
PEQUIGNOT-Maelys BEL.

Encadrement :

Stéphane ASTOLFI	VDI
David SANDOZ	VDI
Sébastien PERGAUD	BABADOUC
Yohann BOILLON	BABADOUC
Alexandre GUYOT	VALDAHON

Echauffement durée 30mn

- 1)-Echauffement général
- 2)-Exercices par groupe entre cônes
- 3)-Loup-Volant

Ateliers

Composition des équipes

Equipe 1-Ema-Aude-Tristan Arno

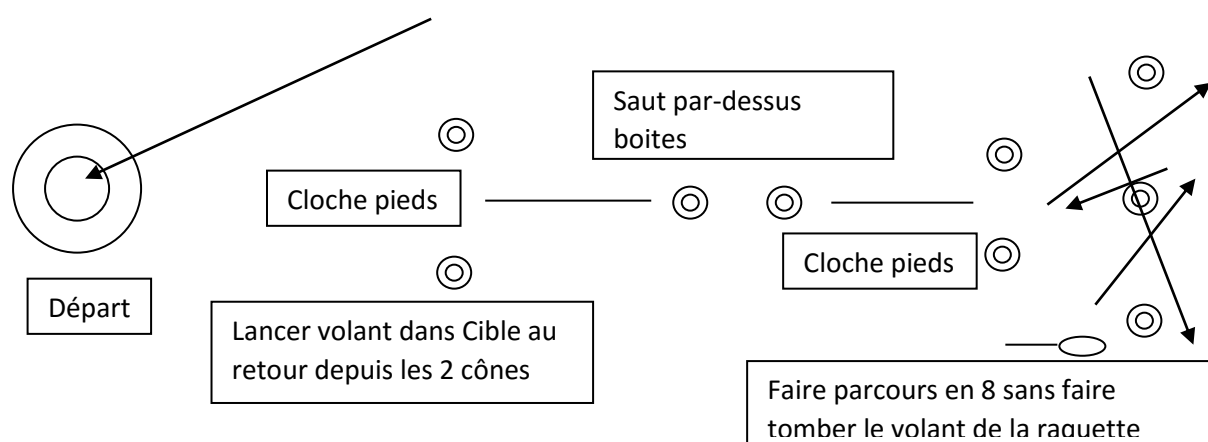
Equipe 2-Gabriel-Lalie-Etham-Julien-Elis

Equipe 3-Louane-Maiwen-Marine-Lucas-Loic

Equipe 4-Alice-Kilian-Maelys-Martin-Maxime

Equipe 5-Rémi-Théo-Romane-Tristan-Axel

1) Relais chronométré



2) Corde à sauter

5 tours 2 pts

10 tours 4 pts

20 tours 10 pts

30 tours 20 pts

3)Jongles

5 jongles 2 pts

10 jongles 4 pts

20 jongles 10 pts

30 jongles 20 pts

4) Contre amorti

Multivolant 10 volants 5 côté coup droit / 5 côté revers

1pt par volant dans la cible

2 cibles à atteindre de chaque côté

5) Lancer

1 table chamboule tout

Atelier de lancer vers cibles sur terrain

6) Service revers

Atteindre les cibles côté droit et côté gauche.

11h00 -Pause gouté

Tournoi

6 poules de 4 joueurs

1 sortant par poules + 2 deuxièmes

¼ de finale-1/2 finale-finale.

Fin du plateau 12h30 suivi d'un petit gouter pour les enfants.

Résultats

Classement ateliers par équipe :

1^{er} équipe 2 composée de Gabriel-Lalie-Ethan-Julien-Elis

2^{ème} équipe 1 composée de-Ema-Aude-Tristan Arno

3^{ème} équipe 5 composée de-Rémi-Théo-Romane-Tristan-Axel

Meilleur jeune

1^{er} Aude GUEYTANT

2^{ème} Marine PETIT

3^{ème} Elis KONG A SIOU

Résultats du tournoi

- 1^{er} Elis KONG A SIOU
- 2^{ème} Tristan GEFROY
- 3^{ème} Théo SANDOZ

Points positifs :

- bonne participation/implication de tous les jeunes
- bon respect des consignes de la part des jeunes, à l'écoute
- bon niveau physique : certains jeunes très bien préparés

Points négatifs :

- timing un peu juste pour l'organisation du tournoi

Bilan rédigé par Stéphane ASTOLFI (Volant Des Isles)

Prochaine étape le samedi 12 mars à Etupes, de 14h à 17h ! Venez nombreux !

**Plateaux Saison
2015/2016**

MINIBAD

4^{ème} étape

Samedi 12 mars 2015

14h00-17h00

Etupes – Gymnase P. Langevin

Inscriptions : 25compet@codep25.com

Le Doubs **Comité Départemental Doubs de Badminton** **CNDS** Le sport pour tous