

Compte rendu

Stage Départemental 56 Benjamins/Minimes

Golf de Val Quéven le 2 novembre 2010

Déroulement de la journée :

- 7 joueurs présents sur les 10 conviés
 - Minimes : JOUAN Clara, LE BORGNE Marine, BENAC Nicolas (Val Quéven), COUZINIER Pierre (RHUYS) DEBORD Hyppolyte (St Laurent)
 - Benjamins : YVARD Albert (Val Quéven), DAVID Simon (Rhuys)
- Matinée :

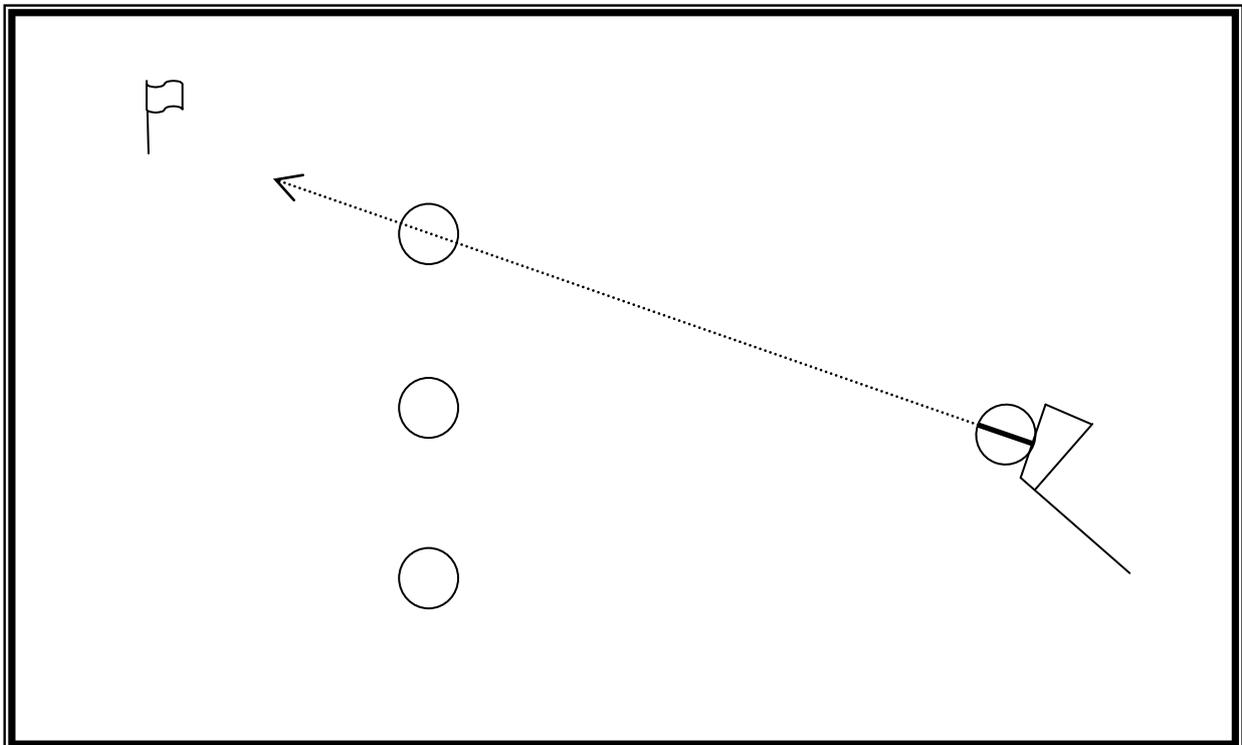
Axée sur l'alignement et les différentes possibilités de placement de corps et de balle par rapport à l'objectif.

Objectifs :

 - Savoir se placer différemment en fonction de situations particulières qui peuvent arriver sur le parcours.
 - Création de trajectoire et adaptation. Ex : la définition de l'intelligence : « capacité à s'adapter à de nouvelles situations ».

Contenu :

Début de la séance d'entraînement sur tapis avec obligation de placer la ligne de la balle en direction de l'une des trois balle placées devant (cf : dessin ci-dessous). Sensibilisation à la bonne préparation de l'orientation de la face de club par rapport à l'objectif (point de départ d'un bon alignement).



Après une séance d'explication et d'expérimentation (sur herbe) sur les différents placement de corps et placement de balle dans le stance (avec clubs placés en croix pour aide), les joueurs ont définis seuls 7

situations d'approches à moins de 70 m dans des conditions particulièrement inhabituelles (sur un tronç d'arbre, sous les arbres, devant un arbre, en pente descendante et balle plus haute que les pieds, dans un rough dense et humide, passer un arbre en lob shot). Chaque situation à été faite avec 5 balles de practice par situation puis 7 balles personnelles dont une balle jouée par situation.

- Midi : Repas à l'albatros pris en charge par le CD 56 (un grand merci en passant à Philippe pour sa disponibilité et le prix très bas qu'il nous a accordé)
- Après-midi :
 - Parcours de 9 trous à thèmes : Chaque mise en jeu sur le fairway (bois obligatoire), et green atteint sur les par 3 enlève un point sur le score des situations mises en place faite en stroke play.
 - 1^{er} trou : Balle dans le rough en descente et balle plus haute que les pieds (90 m)
 - 2^{ème} trou : départ à 130 m, il faut passer entre deux arbres (trajectoire idéale ; fade)
 - 3^{ème} trou : 60 m lob shot au dessus d'un arbre de 20 m de haut environ
 - 4^{ème} trou : Balle dans les bois. Nécessitant de bien orienter la face de club dès le départ, passage pour la balle d'environ 1m50
 - 5^{ème} trou : 20m. Lob shot dans le rough en pente descendante forte, bunker à passer, trou bord green (rien que ça)
 - 6^{ème} trou : 90m. Balle dans le rough en montée, arbre et branches obligeant une balle basse. Bunker à passer à l'arrivée. Possibilité d'un recentrage par la droite. (Coup nécessitant un coup punché)
 - 7^{ème} trou : 100m. Départ derrière un arbre et barrant la route directe au green (choix stratégique pour le joueur)
 - 8^{ème} trou : 60m. Lob shot avec arbre et bunker à passer. Drapeau entrée de green
 - 9^{ème} trou : 70m. Départ sur la route.

Retour au practice : Explication de la règle de l'obstruction amovible et inamovible (il y a encore du boulot !) + deux ou trois autres règles. Reprise de la séance du matin sur les différents positionnements pour un meilleur encrage suite au parcours fait.

Bilan :

Points positifs :

- Bonne ambiance
- Bonne écoute des joueurs

Points à améliorer :

- Observation de la situation avant de jouer afin de mieux préparer le coup (position de la balle, trajectoire demandée, aptitude à le faire) et donc de trouver la meilleure technique ainsi que la meilleure stratégie.
- Prendre en compte ses situations dans son propre entraînement afin de mieux les appréhender sur le parcours (en faisant une pétanque avec des amis, ou en s'amusant en fin de séance au practice)

Je remercie Formule Golf, pour la mise à disposition du terrain et des installations ainsi que l'Albatros qui nous a accueillis malgré les 60 personnes prévues ce jour là au restaurant.

Pour le CD 56

Frédéric ROLLAND

fredgolf@orange.fr