

STAGE BENJAMINS, MINIMES

GOLF DE RENNES

27 ET 28 OCTOBRE 2011

PRO : ONDET Jean-Hubert

Lieu : Pitch and putt du Golf de RENNES

Joueurs Présents : DE LAMOTTE Baudoin, SEVESTRE Timothé, LAMBERT Amy, SEVESTRE Léo, KERVARREC Simon, GROSSO Pablo, BLANCHARD Victor.

Jeudi 27 Octobre 2011

9 H 15 Accueil des Joueurs

9 H 30 Echauffement au Practice

10 H15 Accès Pitch and Putt

- **Evaluation Chipping putting sur 9 Trous.**

1) Compétition en Stroke Play

Les joueurs notent :

- leurs scores,
- le nombre de greens touchés en régulation,
- le nombre de putt.

2) Evaluation Chipping

A chaque green les joueurs doivent faire une approche d'une position déterminée.

Les joueurs notent :

- Le club choisit pour jouer.
- Le résultat :
Approche in the hole
Approche Putt

Approche 2 Putts

Approche 3 Putts

2 Approches putt

.....

12 H 00 Débriefing

Résultats compétition Stroke Play :

Le meilleur joueur joue + 4, la moyenne des scores est de 7,28

Résultats Green en régulation :

Le meilleur joueur a touché 5 Greens en régulation, la moyenne est de 2,57 Greens

Résultats nombre de putt :

Le meilleur joueur a fait 15 Putts, la moyenne est de 17, 28 Putts.

Résultats évaluation chipping :

Le meilleur joueur a fait approche putt 5 fois, la moyenne est de 2.

Les résultats sont insuffisants.

Raisons : - Mauvais choix de club

- Mauvais positionnement du corps
- Problème de dosage.
- Problème du choix du point de chute de la balle.
- Problème de lecture des pentes
- Problème de contact
- Problème de vitesse
- Problème d'angle d'attaque

12 H 15 Repas

13 H 00 Accès au Chipping Green

Travail des fondamentaux techniques pour réaliser une bonne approche.

- **Révision des lois mécaniques**
 - . Chemin de club
 - . Orientation de la face de club
 - . Contact
 - . Angle d'attaque
 - . Accélération
- Choix du club. Pourquoi privilégier une approche roulée quand la situation le permet ? (Plus de sécurité en cas de mauvaise approche car l'amplitude est moins importante, gestuelle plus facile...).
- Choix du point de chute, trajectoire de la balle, visualisation du coup.
- Où se situe le poids du corps ? (sur la jambe avant).
- Où se situe la balle ? (entre le milieu des pieds et le pied arrière).
- Comment se place le club par rapport au corps ?
- Comment se placent les mains ? (légèrement en avant de la balle).
- Comment se place le corps ?
-

14 H 00 Retour sur le Pitch and Putt

Après la révision de fondamentaux pour le chipping, les joueurs doivent refaire les évaluations du matin.

15 H 30 Débriefing

Résultats compétition Stroke Play :

Le meilleur joueur joue 0, la moyenne des scores est de 4,85

Résultats Green en régulation :

Deux joueurs ont touché 5 Greens en régulation, la moyenne est de 3,42 Greens.

Résultats nombre de putt :

3 joueurs ont fait 13 Putts, la moyenne est de 15,57 Putts.

Résultats évaluation chipping :

Le meilleur joueur a fait approche putt 5 fois, la moyenne est de 2,85 fois approche putt. **Les résultats de la compétition sont meilleurs. Les résultats du test chipping sont meilleurs.**

Le résultat des greens en régulation est médiocre, les joueurs doivent travailler leurs wedging.

Dans l'ensemble les résultats sont très moyens.

16 H 00 Practice

1) **Travail de wedging** : Pour aider les joueurs à être plus précis pour les distances < à 100 mètres, je leur propose un travail de wedging

3 techniques proposées.

Chaque joueur déterminera quelle technique lui correspond le mieux.

Exercice réalisé avec 2 clubs sw et fer 9.

- GRIP (Bas, Moyen, Haut).
- Amplitude (Petite, Moyenne, Grande).
- Accélération (Petite, Moyenne, Grande).

2) Travail de Driving .

Certains joueurs se plaignent des mises en jeu très moyennes (manque de précision).

Constat : La procédure d'alignement n'est pas respectée.

Les joueurs ne font pas assez jouer le club.

Les faces de club ne sont pas bien orientées à l'adresse et au sommet du backswing.

L'accélération se fait souvent trop rapidement ce qui entraîne un manque de coordination.

Correction :

- Comment s'aligner (pieds genoux hanches épaules)
- Rôle des épaules durant la montée
- Rôle des hanches
- Rôle des bras
- Rôle des poignets
- Posture
- Priorité des différents segments durant la montée
- Priorité des différents segments durant la descente

17 H 15 Fin de la journée.

Vendredi 28 Octobre 2011

9 H 15 Accueil des joueur (Paul DELARRA, et Pierre ZIMMERMANN, rejoignent le groupe).

9 h 30 Echauffement personnel au practice

Correction individuelle des swings.

10 H 00 PITCH AND PUTT

Révision de la technique pour les approches au travers de 2 situations de jeu

Chaque joueur choisit son club pour chaque situation.

La technique commence à être comprise, **mais il faudra que les joueurs s'entraînent pour être plus performant.**

10 H 40 Accès au parcours 2000

Compétition sur 6 trous (stroke play).

2 clubs par joueur : 1 putter et le deuxième club est au choix.

Objectifs : Développer une stratégie en fonction des différentes distances à parcourir, par rapport à la situation de la balle

Développer la créativité (imaginer des trajectoires, jouer avec le terrain, mise en place de la technique de wedging).

12 H 15 Repas

13 H 00 Compétition Stroke Play (Parcours 2000).

Objectifs : - Faire le meilleur score.

- Stratégie de jeu en fonction de ses moyens.
- Mise en application des conseils donnés durant le stage (corrections apportées aux différents joueurs).
- Concentration.

15 H 00 Débriefing

SCORE :

Amy 7

Paul 8

Pierre 3

Simon 10

Léo 9

Timothé 14

Victor 8

Pablo 9

Baudoin 6

Les scores ne sont pas excellents les joueurs n ont pas de régularité, ils peuvent faire des birdis comme des triples bogeys.

16 H 00 Accès Pitch and putt

Organisation d'un match play ludique.

17 H 00 FIN DU STAGE

Je remercie le Golf de RENNES pour son accueil très Professionnel, je remercie aussi Mme OLLIVIER Armelle (responsable des jeunes du CD 35), pour sa présence et ses interventions.

ONDET Jean-Hubert

Prochain rendez- vous le 22 et 23 FEVRIER 2011

