

Compte rendu Stage ELITE

Stage groupe élite : Du 3 au 5 mai au golf de Rennes

Encadrement : Arnaud Brien et Emilien Chamaulte, (Olivier Noudeu pour les Pays de la Loire)

Journée du lundi 3 mars 2014 :

Ouverture du stage et intervention sur la diététique dans le golf et intérêt de la préparation physique

Après midi consacré à la reconnaissance de parcours et réalisation d'un carnet de parcours personnalisé (Une production commune par partie)

Rappel des bases d'une reconnaissance de parcours :

Le plus important est de regarder avec attention le parcours :

- J'ouvre les yeux
- Quel est le meilleur endroit pour la réception de la mise en jeu ? Zone la plus large et la plus intéressante pour le second coup. Principe zones vertes/zones rouges
- Où jouer en fonction des obstacles, des pentes du green ?
- Où placer son deuxième coup sur un par 5 ?
- Longueur du green, distance début green au double plateau éventuel.

Sur le parcours, je n'ai pas besoin de compter tous mes coups. Si ma balle va dans le rough, je la replace sur le milieu du fairway à l'endroit où je serai le jour de la compétition. Je n'hésite pas à jouer plusieurs putts sur les greens pour s'imprégner des pentes et de la qualité de la roule.

Quelques approches et sorties de bunker pour sentir la qualité du sable.

On essaye dès à présent de déterminer les positions de drapeaux potentielles et de jouer quelques chips et putts vers ces positions.

→ A partir d'une bonne reconnaissance, je suis capable de mettre en place ma stratégie

Fin de journée : Exercices pour développer la variété de coups autour des greens. (sur le compact)

Journée du mardi 04 mars 2014

Réalisation du test de Luc Léger (Test faisant parti des tests fédéraux). Ce test permet de mesurer l'endurance aérobie mais aussi la qualité d'engagement des joueurs.

		Résultats 2014		Résultat 2013	
		Pallier	Etape	Pallier	Etape
De la Gatinais	Ioïc	11	0	7	6
Bouget	Charles	10	0	10	10
Chauvel	Alice	7	8	5	0
Monfort	Wendy	8	1		
Le Baron	Benoît	9	6	6	7
De Bremond d'Ars	Estelle	8	6	7	2
Debrois	Noé	12	9		
Brien	Arthur	10	0		
Katan	Mathieu	12	8		

		Résultats 2014		Résultat 2013	
		Pallier	Etape	Pallier	Etape
Godoy	Santiago	10	0	10	3
Pouchoulin	Théo	8	6	6	0
Pouchoulin	Nina	9	9	8	3
Hamon	Edouard	11	7	9	7
Voisin	Valentin	6	7		
Harel	Pierre	5	1		
Quittet	Paul Alexandre	7	0		
Le beaudour	Stanislas	11	7	9	0
Boudineau	Fiona	7	8		
Mora	Grégoire	9	0		

Match Pays de la Loire/ Bretagne

Matin

Strokeplay 5 trous parcours 2000 + 9 trous compacts

PAYS DE LA LOIRE	Score	BRETAGNE	Score
Théo Pouchoulin	1	Matthieu Katan	7
Valentin Voisin	12	Loic De La Gatinais	6
Paul-Alexandre Quittet	5	Arthur Brien	11
Nina Pouchoulin	3	Wendy Monfort	7
Grégoire Mora	8	Estelle de Bresmond d'Ars	4
Santiago Godoy	8	Alice Chauvel	-1

Edouard Hamon	4	Charles Bouget	9
Stanislas Le Beaudour	3	Benoit Le Baron	1
Fiona Boudineau	12	Noé Debrois	7
Pierre Harel	15		
TOTAL	56	TOTAL	51

Total des 9 meilleures cartes pour les pays de la Loire

Après-midi

18 trous compacts en Stokeplay

- 9 premiers Scramble avec la meilleure sur le premier coup sur trous impairs + normal sur les trous pairs

- 9 derniers Scramble avec la plus mauvaise sur le premier coup sur trous impairs + normal sur trous pairs

PAYS DE LA LOIRE	Score	BRETAGNE	Score
Théo	6	Matthieu	14
Valentin	1	Loic	-1
Paul-Alexandre	1	Arthur	7
Nina	8	Wendy	6
Grégoire	6	Estelle	13
Santiago	18	Alice	7
Edouard	4	Charles	5
Stanislas	14	Benoit	9
Fiona	16	Noé	5
Pierre	9		
TOTAL	65	TOTAL	65

La Bretagne gagne par 5 coups d'écart.

Journée du mercredi 05 mars 2014

Matin

Matchplay grand parcours 8 trous

Loic	3 et 2	2
Pierre et Valentin		

Matthieu	1 up	1
Edouard		

Noé		
Théo	5 et 4	1

Wendy		
Nina	1 up	1

Estelle	4 et 3	1
Fiona		

Charles		
Stanislas	2 up	1

Benoit		0,5
Santiago		0,5

Arthur		
Paul- Alex	2 et 1	1

Alice	3 et 2	1
Grégoire		

Bretagne mène 5.5 à 4.5

Après-midi

18 trous Matchplay

- 9 premiers : - à moins de 2 longueurs de drapeaux, j'avance d'un putter

- à plus de 2 longueurs de drapeaux, je fais une approche à distance équivalente qui me sépare du drapeau à l'extérieur du green.

- 9 derniers : pas plus de 2 fois le même club

Loïc	4 et 2	1
Edouard		

Loïc	7 et 6	1
Stanislas		

Benoit	3 et 1	1
Paul- Alex		

Benoit	3 et 1	1
Grégoire		

Noé		
Paul-Alex	2 up	1

Noé	2 up	1
Grégoire		

Arthur		
Nina	5 et 3	1

Arthur		
Théo	6 et 4	1

Charles		
Nina	3 et 2	1

Charles		
Théo	5 et 3	1

Wendy		
Santiago	2 et 1	1

Wendy	6 et 4	1
Pierre		

Matthieu		
Santiago	3 et 1	1

Matthieu	5 et 4	1
Pierre		

Alice	3 et 2	1
Fiona		

Alice	3 et 1	1
Valentin		

Estelle		
Fiona	3 et 2	1

Estelle		
Valentin	5 et 4	1

Egalité 9 à 9 l'après-midi

Victoire finale Bretagne 14.5 à 13.5

Récapitulatif résultats individuels

Nom	Total parcours en stroke play	Résultats Match play
Loïc De La Gatinais	+5	3 victoires
Alice Chauvel	+6	3 victoires
Paul Alexandre Quittet	+6	2 victoires 1 défaite
Théo Pouchoulin	+7	3 victoires
Edouard Hamon	+8	2 défaites
Benoît Le Baron	+10	2 victoires 1 nul

Nina Pouchoulin	+11	3 victoires
Noé Debrois	+12	1 victoire 2 défaites
Wendy Monfort	+13	1 victoire 2 défaites
Valentin Voisin	+13	1 victoire 2 défaites
Grégoire Mora	+14	3 défaites
Charles Bouget	+14	3 défaites
Stanislas Le Beaudour	+17	1 victoire 1 défaite
Estelle De Bresmond D'Ars	+17	1 victoire 2 défaites
Arthur Brien	+18	3 défaites
Mathieu Katan	+21	2 victoires 1 défaite
Pierre Harel	+24	3 défaites
Santiago Godoy	+26	2 victoires 1 nul
Fiona Boudineau	+28	1 victoire 2 défaites

COMMENTAIRES GENERAUX :

- La mise en route lors de ce premier regroupement de l'année a été trop longue.

Les conditions climatiques des derniers mois ont rendu les installations difficilement praticables, il a donc fallu nous adapter.

En interrogeant individuellement les joueurs sur leurs volumes d'entraînement cet hiver, on se rend compte qu'ils sont pour beaucoup bien loin des exigences pour jouer à un niveau national (parfois une seule séance par semaine !!!)

- Attention de bien retravailler sur les basiques avant le début de la saison (grip, posture, alignement)
 - Bonne implication durant les tests physiques : dans l'ensemble, nous avons pu constater des progrès par rapport aux résultats obtenus l'an passé.
 - Nécessité d'orienter la préparation finale de la saison vers le parcours. En raison du manque de jeu lié aux conditions climatiques, nous avons pu constater des routines encore trop fluctuantes et pour beaucoup, ils n'ont pas encore trouvé leurs automatismes de jeu.
 - Prévoir un temps de pratique de 2h minimum par semaine au putting
 - Prévoir un étalonnage avant le début de la saison :
- ➔ Un jour de beau temps sans trop de vent

- ➔ Sur un fairway plat ou practice avec des balles de jeu
- ➔ Jouer une dizaine de balles avec chaque club, mesurer les distances au rebond sans comptabiliser les coups mal contactés et faire la moyenne
- ➔ Privilégier en priorité l'étalonnage des wedges +fer 9 et fer 7. Avoir une idée du carry au driver

Un grand merci à toute l'équipe du golf de Rennes pour son accueil et la mise à disposition de ses installations