

POLE ESPOIR TENNIS DE TABLE SAISON 2015-2016



« La route vers le haut niveau »



LE PRÉFET
DE LA RÉGION
PAYS DE LA LOIRE

DIRECTION REGIONALE
DE LA JEUNESSE, DES SPORTS
ET DE LA COHESION SOCIALE



Qu'est-ce qu'un pôle espoir ?

Il s'agit d'une structure d'accès au haut niveau permettant aux joueuses et joueurs de poursuivre le double projet que constitue la réussite sportive et scolaire.

Le pôle s'intègre dans le parcours d'excellence du Sport de Haut Niveau du Ministère de la Jeunesse et des Sports et de la Vie Associative et reçoit à ce titre un label (respect du cahier des charges de la FFTT), contrat qualité, scolaire, médical et technique.

La Ligue des Pays de la Loire de Tennis de Table en assure la gestion.

Perspectives après le pôle espoir :

- Intégration du pôle de France de Nantes (ou de Nancy, Talence).
- Intégration de l'INSEP.

Le pôle espoir des Pays de la Loire aujourd'hui

- 9 jeunes âgés de 11 à 16 ans (de la 6^e à la première)
- 2 lieux de scolarité : collège Victor Hugo et au Centre Éducatif Nantais pour Sportif (CENS)



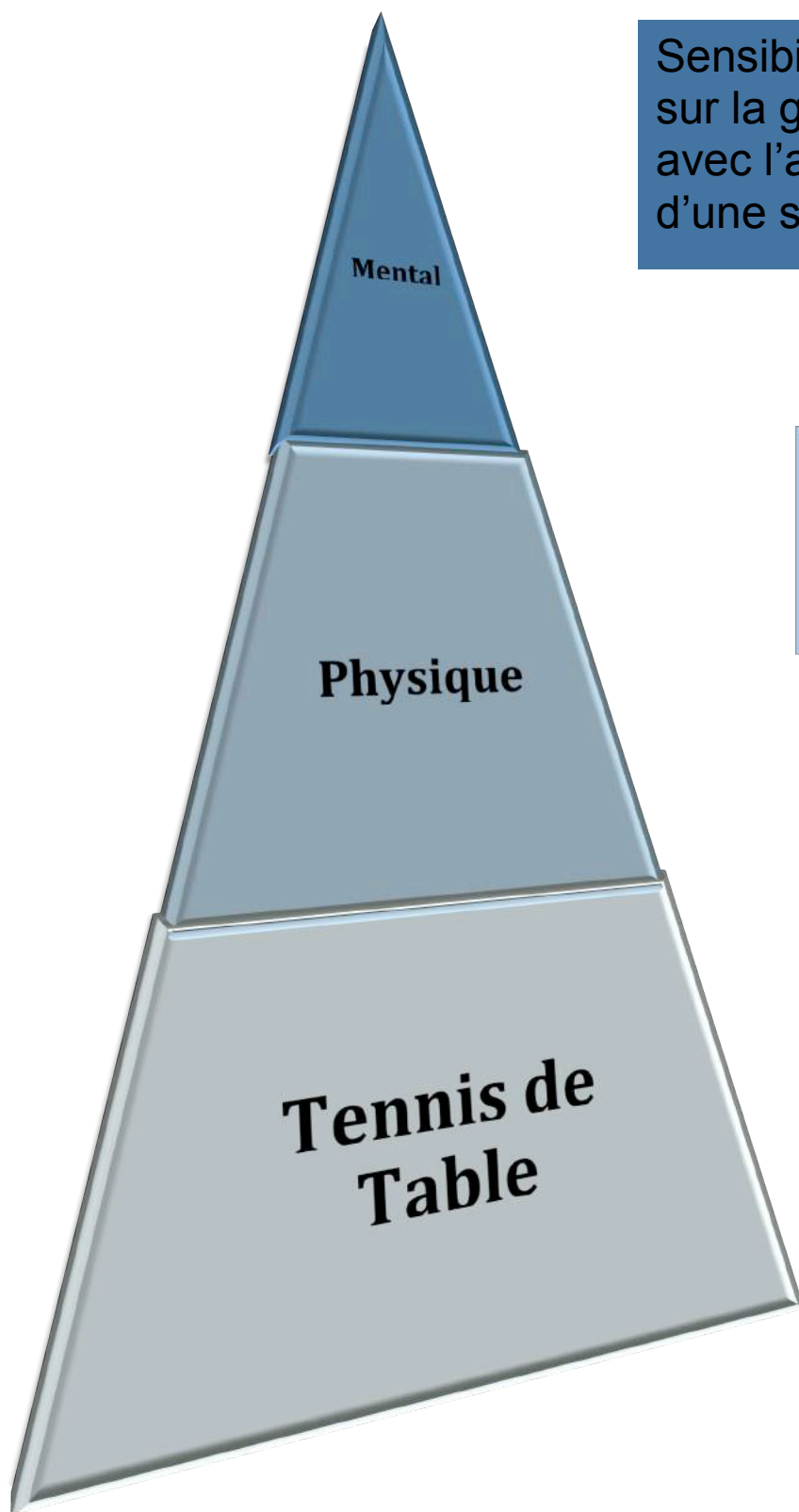
- un lieu principal d'entraînement : le complexe sportif Mangin Beaulieu



Critères de sélection

- Être licencié(e) dans la ligue.
- Être prêt à s'investir au quotidien.
- Avoir envie de progresser et de vivre l'aventure Haut Niveau.
- Avoir des résultats scolaires satisfaisants.
- Avoir un niveau de Nationale en individuel minimum.
- Respecter et signer le contrat du Pôle Espoir (Engagement sur le volume d'entraînement, suivi avec le club...).





Sensibilisation et travail sur la gestion du stress avec l'accompagnement d'une sophrologue.

3 séances de physique hebdomadaires dirigées par un préparateur physique diplômé

1000 heures* à l'année d'entraînements spécifiques avec de nombreux relanceurs (soit 16H à 20H par semaine + 50 jours de stage)

*(soit 16H à 20H par semaine + 50 jours de stage)

Le Centre Educatif Nantais pour Sportifs basé depuis 2003 à la plaine de jeux de la Jonelière dans les locaux mis à disposition par le Comité Régional Olympique et Sportif (CROS) accueille cette année 173 élèves représentant 20 disciplines sportives.

L'école propose une formation scolaire généraliste, technique et professionnelle adaptée aux contraintes des sportifs de haut niveau avec 8 élèves maxi par classe.

CENS

Plaine de jeux de la Jonelière

44240 La Chapelle sur Erdre

Tél. 02 40 37 01 53

Fax. 02 40 37 02 15

Mail : contact@cens44.fr

Collège Victor Hugo

Collège situé dans le centre ville de Nantes, accueille des jeunes issus de différents Pôles en leur proposant des horaires aménagés, compatibles avec un important volume d'entraînement.

Le collège dispose d'un internat.

Collège Victor Hugo

40, rue de Bel Air

44042 Nantes cedex 1

Tel : 02.40.20.17.20

Fax : 02.51.88.92.89

Mail : ce.0440045k@ac-nantes.fr

Planning d'entraînement hebdomadaire

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
	CENS	Victor Hugo	CENS	Victor Hugo	CENS	Victor Hugo	CENS	Victor Hugo	CENS	Victor Hugo
8H										
9H										
9H										
10H										
10H										
11H										
11H			10H30-12H00		10H30-12H30					
12H									11H00-13H00	
12H										
13H										
13H										
14H										
14H										
15H										
15H							14H300-15H30			
16H						13H00-18H00			14H00-17H30	
16H										15H00-17H30
17H										
17H	16H30-19H00	16H00-19H00	16H30-19H00	16H00-19H00	16H30-19H00		16H00-19H00	16H00-19H00		
18H										
18H										
19H										
19H										
20H										



Océane GUISNEL (Beaufou) Championne d'Europe par équipe en 2014, issu du pôle espoir

Organigramme fonctionnel.

Responsable

Xavier FORTINEAU

06 62 83 53 81 - fortineauxavier@gmail.com

Coordinateur

Fabrice DAVIS

06 71 55 61 63 - fabrice.liguepdl.tt@orange.fr

Entraîneur adjoint

Bogdan PUGNA

06 72 12 35 47 – bogdan_pugna@yahoo.com

Préparatrice physique

Ingrid HOREAU

06 17 34 12 16 – ingrid.horeau@gmail.com

Relanceurs

**Elodie NIVELLE
Guillaume CHAPRON
Loïc CARRE
Bogdan PUGNA
Loïc BOBILLIER
Thomas BEUDARD**

Service civique

Matéo BOHEAS

Préparateur mental

Claire APIOU

06 14 41 74 96 - apiouclaire@yahoo.fr

Médecin

Jérémie ALLORENT

06 78 53 72 53

Kinésithérapeutes

Pierre BEZARD

Podologue

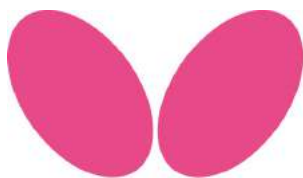
M. CAMPILLO

02 40 03 05 00 – 06 07 10 13 48

Sophrologue

Mme. PREAULT

Partenaires :



BUTTERFLY

fr.butterfly.tt



www.distriping.fr

Crédit Mutuel

Partenaire Officiel

www.creditmutuel.fr



Maison des Sports 44,
Rue Romain Rolland BP 90312
44103 NANTES Cedex 4
Tél. 02 51 80 63 80 8h30