



## OBJECTIFS

- ▶ Être capable de proposer un entraînement physique adapté à la pratique du tennis de table
- ▶ Être capable de proposer une progression aux athlètes en fonction des âges
- ▶ Être capable d'évaluer les progrès réalisés par les pongistes dans le domaine des qualités physiques à développer

## CONTENU

- ▶ Rappeler les données physiologiques
- ▶ Entraîner les qualités physiques en tennis de table
- ▶ Faire progresser et évoluer le travail physique

## PUBLIC CONCERNÉ

Diplômés de l'Entraîneur Fédéral, BPJEPS, BEES1, DEJEPS, DESJEPS ou BEES2 tennis de table

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Documents supports (diaporamas, dossiers...), travaux en groupes, retour d'expériences, études de cas et mise en situation en salle

## RESPONSABLE DE LA FORMATION

Alain ROUSSELLE (Préparateur physique)

## INTERVENANTS

Gilles Corbion (DTN Adjoint), Christophe Legout (athlète), Christian Martin (Entraîneur National), Anne-Laure Morigny (Préparatrice physique), Alain Rousselle (Préparateur physique), Guillaume Simonin (Conseiller technique national), Entraîneurs INSEP, Kinésithérapeutes

## MODALITÉS DE VALIDATION

Attestation de formation

## € TARIF

- ▶ Frais administratifs et pédagogiques : 295 €
- ▶ Frais de restauration et d'hébergement : 270 €  
> Soit 565 € en pension complète

*Possibilités de prise en charge de la formation professionnelle continue dans le cadre du dossier CNDS, du Conseil Régional ou de l'OPCA habilité par la branche professionnelle du sport (AGEFOS PME)*

## 🕒 DURÉE DE LA FORMATION

32 heures réparties sur 5 jours

## 📍 DATE ET LIEU

Du 04 au 08 mai 2015  
Paris 13ème (siège de la FFTT)

## 📄 INSCRIPTION

**FFTT - IFEF**  
3, rue Dieudonné Costes - BP40348  
75625 PARIS CEDEX 13  
[estelle.londiche@fftt.email](mailto:estelle.londiche@fftt.email)