

1ers Entraînements Spécifiques Gardien(nes) de Buts

Le mercredi 23 Octobre 2024 à Alès pour les filles (14h-16h30)

Le mercredi 23 Octobre 2024 à Clarensac pour les garçons (14h-16h30)

Chez les garçons : Séance menée par **Gabriel BOURGUIGNON** (Coach Spécial GB, Liqui Moly Star Ligue, USAM Nîmes Gard) et **Wesley PARDIN** (GB Liqui Moly Star Ligue, USAM Nîmes Gard) + techniciens du Comité du Gard de handball



Chez les filles : Séance menée par **Karine ZUCKER** (Coach Spécial GB, USAM Nîmes Gard) et **Pablo**

ROUSSELOT (Coach Spécial GB, CS Marguerittes) + techniciens du Comité du Gard de handball



La Commission Technique départementale propose à tous les clubs gardois de solliciter leurs **Gardien(nes) de Buts (nés en 2011, 2012 et 2013)**, afin qu'ils ou elles participent au « 1^{er} Entraînement spécifique Gardiens et Gardiennes de Buts » :

Pour les filles : le mercredi 23 Octobre 2024 à Alès de 14h à 16h30 (Halle des sports de Clavières, Avenue Vincent d'Indy, 30100 Alès)

Pour les garçons : le mercredi 23 Octobre 2024 à Clarensac de 14h à 16h30 (Halle des sports, 3 impasse des crouzettes, 30870 Clarensac)

Objectifs :

- Augmenter le nombre de Gardien(ne)s de Buts
- Améliorer les connaissances et les savoir-faire individuels des Gardien(ne)s de Buts
- Faire se rencontrer les joueur(se)s des clubs gardois
- Echanger avec des Gardien(ne)s de Buts de haut-niveau

Thèmes de travail sur les savoir-faire individuels :

- Travail de coordination/Dissociations segmentaires
- Vitesse/Accélération
- Souplesse
- Motricité générale et spécifique
- Pré-parade
- Parade
- Explosivité
- Equilibre
- Enchaînement parade-relance
- Placement/Déplacement
- Lecture du jeu
- Lecture de tirs
- Collaboration avec les défenseurs
- Lecture du duel Porteur de balle/Défenseur du Porteur de balle
- Duel tireur/gb

Joueur(se)s convié(e)s, issu(e)s de tous les clubs gardois :

- Gardien(ne)s de buts nés en 2011
- Gardien(ne)s de buts nés en 2012
- Gardien(ne)s de buts nés en 2013

Pour information : Ces séances sont obligatoires pour les Gardien(ne)s sélectionné(e)s pour les stages départementaux 2011, 2012 et 2013.

Gardiennes de buts			Gardiens de buts		
BAUDIN	FAUSTINE	USAM NIMES GARD	BEZEL	PIERRE	USAM Nîmes Gard
CANNAUD	EVA	HBC ROQUEMAURE	CHAUSSON	EDEM	H Bagnols GR
COUMEL	MARIE	UH TARASCON- BEAUCAIRE	GALANT	ARTHUR	Costière HB
GUERRERO	LOLA	HBC JONQUIERES	POLLET	GAEL	H Bagnols GR
GUEYMARD	MAELLE	AS ST-AMBROIX	MATICHARD	LEO-PAUL	USAM Nîmes Gard
INES	MAYA	USAM NIMES GARD	MAHE--BURCKEL DE TELL	SOLAL	USAM Nîmes Gard
MADRID	HANAE	HBC SOMMIERES	ABRIC	TOM	USAM Nîmes Gard
NOZZI FANJAUD	ARIANE	USAM NIMES GARD	ALPINI	LINO	AO Gardonnenque
PINCE	NAIS	BOUILLARGUES HNM	CARMINATI	LOIS	H Bagnols GR
PONS	LOUISE	CS MARGUERITTES	TORRA	NOE	H Bagnols GR
ROUY-BORT	AMANDINE	AO GARDONNENQUE	ELVIRA-MARTIN	TRISTAN	USAM Nîmes Gard
SIMULE	ANAIS-MARIA	USAM NIMES GARD	PLUVINAGE	JEREMY	CO Bellegarde
SYSKA	ELINE	GH ARAMON- ROCHEFORT	VAN LOO	LUCAS	SC Vaunage
TIN SANG	EVA	AO GARDONNENQUE	CAMPART	SAMI	USAM Nîmes Gard
WAGNER OUVRADOU	LILY	HBC SOMMIERES			
WILUS	AUORE	ALES CHB			
SIFFOU	SHAHINEZ	CHB VAUVERT			

La Commission Technique Départementale