

3èmes Entraînements Spécifiques Gardien(nes) de Buts

Le mercredi 16 avril 2025 à Aramon pour les filles (14h-16h30)

Le mercredi 16 avril 2025 à Bagnols pour les garçons (14h-16h30)



*Chez les garçons : Séance menée par **Mathias CORTES** (GB, Nationale 2, Avignon HB) + techniciens du Comité du Gard de handball*



*Chez les filles : Séance menée par **Karine ZUCKER** (Coach Spécial GB, USAM Nîmes Gard), **Julie CORNUT** (GB, Division 2, Bouillargues Handball Nîmes Méditerranée) et **Pablo ROUSSELOT** (GB et 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 « 3^{ème} Entraînement spécifique Gardiens et Gardiennes de Buts » :

Pour les filles : le mercredi 16 avril à Aramon de 14h à 16h30
(Halle des sports, 10 Avenue Jean Moulin, 30390 Aramon)

Pour les garçons : le mercredi 16 avril à Bagnols/Cèze de 14h à 16h30 (Complexe sportif des Eyrieux, 188 Avenue du Commando Vigan Braquet, 30200 Bagnols/Cèze)

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		
ARNAUD	LOUNA	USAM NIMES GARD	BEZEL	PIERRE	USAM Nîmes Gard
AVERLANT COQUELET	LUCE	VERGEZE HB	CHAUSSON	EDEN	H Bagnols GR
BAUDIN	FAUSTINE	USAM NIMES GARD	GALANT	ARTHUR	Costière HB
BOURLET	ANAIS	COS PONT-ST-ESPRIT	POLLET	GAEL	H Bagnols GR
CANNAUD	EVA	GH ARAMON-ROCHEFORT	MATICHARD	LEO-PAUL	USAM Nîmes Gard
CHASSAIN	NAOMIE	SC VAUNAGE	MAHE--BURCKEL DE TELL	SOLAL	USAM Nîmes Gard
COUMEL	MARIE	UH TARASCON-BEAUCAIRE	ABRIC	TOM	USAM Nîmes Gard
DUBOIS SOBRAL	ZOE	SCH GENERAC	ALPINI	LINO	AO Gardonnenque
GUERRERO	LOLA	HBC JONQUIERES	CARMINATI	LOIS	H Bagnols GR
GUEYMARD	MAELLE	AS ST-AMBROIX	TORRA	NOE	H Bagnols GR
INES	MAYA	USAM NIMES GARD	ELVIRA-MARTIN	TRISTAN	USAM Nîmes Gard
LATOUR	AUGUSTINE	USAM NÎMES GARD	PLUVINAGE	JEREMY	CO Bellegarde
LUNEL	AMBRE	REMOULINS SHB	VAN LOO	LUCAS	SC Vaunage
MADRID	HANAE	HBC SOMMIERES	CAMPART	SAMI	USAM Nîmes Gard
MEYSSONNIER	NOELY	COSTIERE HB	SAUVEUR	ALBAN	CS Marguerittes
NOZZI FANJAUD	ARIANE	USAM NIMES GARD	AZZOUZ-VIGIER	CYHAN	USAM Nîmes Gard
PINCE	NAIS	BOUILLARGUES HNM	RICHARD D'AMBROSIO	TIM	USAM Nîmes Gard
PONS	LOUISE	CS MARGUERITTES	WERQUIN	ARTHUR	Vergèze HB
RABUSSIER	JOSEPHINE	BOUILLARGUES HNM	FLORES FRANCOIS	RAFAEL	Costière HB
RACHIDI	MAESSANE	CHB VAUVERT	GIRARD	MARTIN	GH Aramon-Rochefort
ROUY-BORT	AMANDINE	AO GARDONNENQUE	CARO	CLEMENT	HBC St-Gilles
SIFFOU	SHAHINEZ	CHB VAUVERT	FAVRE-TAYLAZ	QUENTIN	UH Tarascon-Beaucaire
SIMULE	ANAIS-MARIA	USAM NIMES GARD			
SYSKA	ELINE	GH ARAMON-ROCHEFORT			
TIN SANG	EVA	AO GARDONNENQUE			
WAGNER OUVRADOU	LILY	HBC SOMMIERES			
WILUS	AURORE	USAM NIMES GARD			
ZABAR	MARGOT	AO GARDONNENQUE			

La Commission Technique Départementale