



# CESTAS Tennis de Table

Saison 2016 / 2017

## Journal Interne

n° 2 – février 2017



**Championnats par équipe : tous les résultats de la phase 1 (page 3)**



**Les meilleures progressions de la phase 1 (page 10)**



**Résultats des titres aquitains (page 11)**



**Un nouveau médaillé au SAGC TT (page 13)**

+ le coin du coach (page 16), le troisième tour des critères fédéraux...

## Sommaire

<b>Championnats par équipe : tous les résultats de la phase 1.....</b>	<b>3</b>
<b>Les meilleures progressions de la phase 1 .....</b>	<b>9</b>
<b>Résultats des titres aquitains .....</b>	<b>10</b>
<b>Championnat de France vétérans : manche régionale à Cestas....</b>	<b>12</b>
<b>Critériums fédéraux : résultats du troisième tour.....</b>	<b>13</b>
<b>Un nouveau médaillé au SAGC TT.....</b>	<b>14</b>
<b>Le coin du coach : le coaching pendant un match.....</b>	<b>15</b>
<b>Calendrier des compétitions.....</b>	<b>19</b>
<b>Remerciements.....</b>	<b>20</b>

# Championnat par équipes : bilan de la phase 1

Seize équipes aux couleurs du SAGC étaient engagées en championnat.

Le résultat d'ensemble est équilibré (1 montée en PR, 14 maintiens, 1 descente en R3), et plusieurs équipes (notamment celles de Nationale) ont particulièrement bien performé.

Voici l'ensemble des résultats :

## Equipe 1 : Nationale 1



**Song LIU** - 2773  
**Endika DIEZ** - 2623  
**Dexter SAINT LOUIS** - 2581  
**Mounaim TIRSELT** - 2527  
**Thameur MAMIA** - 2387

Clt	Equipe
1	CESTAS SAG 1
2	AMIENS STT 1
3	SAINT LOUIS TT 1
4	TOURS 4S TT 1
5	COURBEVOIE SPORT TT 1
6	ANGERS VAILLANTE 2
7	CHELLES TT 1
8	NIMES ASPC 1

NB : les classements individuels indiqués sont ceux de début de phase

## Equipe 2 : Nationale 2



**Rhikesh TAUCOORY** - 2294  
**Pierre PICARD** - 2268  
**Adrien CONJAT** - 2278  
**Remy PAULY** - 2181

Clt	Equipe
1	VERN SUR SEICHE US 1
2	CESTAS SAG 2
3	SAINT PIERRAISE ENT 2
4	SAINT MEDARD DOULON 2
5	ANGOULEME TTGF 1
6	SAINTE LUCE TT 1
7	MER AMO TT 1
8	THIAIS AS TT 1

### Equipe 3 : Nationale 3



**Rodrigo CANO LASALDE** - 2360  
**Thierry GARCIA** - 2134  
**Paulo FERNANDES** - 2007  
**Nathan PERENNES** - 1978  
**Matthieu PERENNES** - 1873

Clt	Equipe
1	LE MANS ASL 1
2	TALENCE US 1
3	PLAISANCE TT 1
4	<b>CESTAS SAG 3</b>
5	BEAUFOU VENDEE ASL 1
6	LA ROCHELLE CPR 1
7	ROCHE VENDEE TT 1

### Equipe 4 : Régionale 1

**Lionel CERISIER** – 1810  
**Lucas ROUSSEAU** – 1675  
**Julien GOUTOULY** – 1433



**Denis NAUDIN** – 1420  
**Yohan OUICE** – 1739  
**Alexandre VENAYRE** - 1659

Clt	Equipe
1	STADE MONTOIS 3
2	SARLIAC TT 1
3	COQS ROUGES 1
4	CA BEGLAIS 3
5	<b>SAG CESTAS 4</b>
6	GRAND PERIGUEUX 1
7	P.P. NORD GIR. 1
8	MARMANDE 2

### Equipe 5 : Régionale 2

**Nicolas MOUSSET** – 1572  
**Christophe GODON** – 1473



**Jean-Michel LIMMOIS** - 1503  
**Emmanuel BEUROIS** - 1177  
**Olivier OUICE** – 1116

Clt	Equipe
1	LE HAILLAN TT 2
2	STADE MONTOIS 6
3	<b>SAG CESTAS 5</b>
4	BISCARROSSE O. 1
5	US TALENCE 4
6	AS LIBOURNE 3
7	GRADIGNAN TT 1
8	BORDEAUX CENTRE 1

## Equipe 6 : Régionale 2

Alexis VILLAIN – 1339  
Vincent LERUSSARD – 1168

Mathis HUMBERT - 1266  
Florian CASTAGNET - 1190  
Noa FESSENMEYER – 969



Clt	Equipe
1	COQS ROUGES 2
2	CA BEGLAIS 4
3	<b>SAG CESTAS 6</b>
4	R LINDOISE 1
5	PERIGORD VERT 1
6	U S CENON RD 2
7	MONFLANQUIN 1
8	ST LOUB PING 1

## Equipe 7 : Régionale 2

Stefan FALOMIR – 1259  
Emmanuel BEURROIS– 1177

Olivier DE ELGUEZABAL - 1240  
Loane PUCELLE – 1027  
Dan ROUSSEAU – 947



Clt	Equipe
1	CAM BORDEAUX 3
2	TT BIRONNAIS 1
3	SA MERIGNAC 6
4	AS AMBARES 1
5	S.PAU ASPTT 2
6	CLUB TT AUDENGE 1
7	US TALENCE 5
8	<b>SAG CESTAS 7</b>

## Equipe 8 : Pré-régionale

Detlef BOGS – 1191  
Vicky MANO – 1049

Georges PEDEMAY - 1087  
Frédéric VOISIN - 972  
Denis PENNINCKX- 962



Clt	Equipe
1	BRUGES T.TH.V. 1
2	RAQ. BOIENNE 1
3	VILLENAVE TT 5
4	<b>SAG CESTAS 8</b>
5	GRADIGNAN TT 3
6	LE HAILLAN TT 4
7	J LANGON 3
8	U S CENON RD 4

## Equipe 9 : Pré-régionale

Solène PEREIRA – 1164  
Vincent GOURRAUD – 1010  
Hélène DISSANE – 932

Laurent ROUSSEAU - 1041  
Gilles MALLET - 974  
Olivier OUICE - 1116  
Marion AMBIT - 1016



Clit	Equipe
1	CA CARBON BLANC 1
2	VILLENAVE TT 3
3	<b>SAG CESTAS 9</b>
4	AS LIBOURNE 4
5	CAM BORDEAUX 6
6	ST LOUB PING 4
7	ASTT LALANDE 3
8	SAM LESPARRE 4

## Equipe 10 : Départementale 1

Didier RAT – 981  
Maxime DE LA TORRE – 875

Noah MORA - 926  
Leopold FROUIN - 865  
Maxime JANCI - 788



Clit	Equipe
1	<b>SAG CESTAS 10</b>
2	P. ARTIGUAIS 1
3	VILLENAVE TT 6
4	CA BEGLAIS 6
5	RAQ. GUJANAISE 4
6	BAZAS 2
7	ESPACE ASSOCIA. 2
8	US BOUSCAT 2

## Equipe 11 : Départementale 2

Fabrice COTTA – 831  
Jérôme GRILLOT – 627  
Marco BARBIER – 603

Mathieu GUERRINI - 732  
Sylvain GOUTOULY - 620  
Thibault BARRAL - 563



Clit	Equipe
1	VILLENAVE TT 8
2	ASTT LALANDE 4
3	UA CADILLACAISE 4
4	SAM LESPARRE 5
5	LE HAILLAN TT 7
6	<b>SAG CESTAS 11</b>
7	AL EYSINES 6
8	GRADIGNAN TT 5

## Equipe 12 : Départementale 2

**Thibaut BITRIAN** – 646  
**Bruno COUDOUGNAN** – 523



**Patrick CHAUVIER** - 607  
**Grégoire SUTRE** - 500  
**Stéphane JANCI** – 500

Clt	Equipe
1	U S MIOSSAISE P 4
2	AS AMBARES 6
3	US TALENCE 8
4	RAQ. BOIENNE 3
5	VILLENAVE TT 9
6	<b>SAG CESTAS 12</b>
7	TT FARGUAIS 3
8	AS LIBOURNE 6

## Equipe 13 : Départementale 3

**Juliette GRILLOT** – 666  
**Martin FABRE** – 528  
**Eric FROUIN** – 500



**René COHEN** - 637  
**Etienne LABARBE** - 523  
**Philippe PINTO** - 500

Clt	Equipe
1	RAQ. GUJANAISE 5
2	AP BARPAISE 3
3	<b>SAG CESTAS 13</b>
4	AS AMBARES 7
5	EP SLP 5
6	ST LOUB PING 6
7	P. ARTIGUAIS 2
8	BRUGES T.T.H.V. 2

## Equipe 14 : Départementale 3

**Mathieu AZCON** – 631  
**Gilles GUERRINI** – 558



**Alexis COIFFARD** - 578  
**Mathis CHAINEAUD** - 500  
**Nathan SUTRE** - 500

Clt	Equipe
1	VILLENAVE TT 10
2	CAM BORDEAUX 9
3	P.P. NORD GIR. 6
4	<b>SAG CESTAS 14</b>
5	US TALENCE 10
6	AL EYSINES 9
7	LE HAILLAN TT 8
8	U S CENON RD 7

### Equipe 15 : Départementale 4

Francois TORRA – 654  
Raphael GAUTHIER – 589

Lucie RUKSZA - 603  
Estéban SENTENAT-CAZOT - 561  
Victoria MATHIEU – 500



Clt	Equipe
1	TT CASTELNAU 1
2	AS LIBOURNE 8
3	RAQ. GUJANAISE 6
4	<b>SAG CESTAS 15</b>
5	CA BEGLAIS 7
6	SA MERIGNAC 14
7	TT ST LAURENT 3

### Equipe 16 : Départementale 4

Emeric CHAILLOT – 500  
Berengère GRILLOT -500

Jonayd LANG - 500  
Jean-Michel VERGNAUD – 500  
Laurence MASSET - 500



Clt	Equipe
1	COQS PEUJARDAIS 3
2	VILLENAVE TT 11
3	J YVRAC 9
4	<b>SAG CESTAS 16</b>
5	US TALENCE 11
6	RAQ. BOIENNE 5
7	C A STE HELENE 6

\* \* \*

Rémi Pauly (N2), un joueur  
au style spectaculaire !





## Les meilleures progressions de la première phase

La première phase étant terminée, voici la liste des 20 meilleures progressions au sein de notre club. Les jeunes ont été très efficaces, mais des moins jeunes qui débutaient en championnat cette année ont créé la surprise et se retrouvent dans le haut du classement.

	Prénom	Nom	Cat.	Prog.	Commentaire
1	Noa	FESSENMEYER	B2	<b>247</b>	Une énorme progression pour Noa, à la hauteur de son potentiel, bravo !
2	Grégoire	SUTRE	V1	<b>164</b>	Ce jeune vétéran a fait une entrée remarquable en championnat par équipe !
3	Maxime	JANCI	M2	<b>134</b>	Maxime continue à progresser et gravit les échelons régulièrement.
4	Mathis	HUMBERT	C1	<b>129</b>	Mathis a franchi un nouveau palier et les résultats sont là !
5	Jean-Michel	VERGNAUD	V2	<b>107</b>	Débutant en championnat cette année, Jean-Michel propose un jeu très solide et efficace.



Noa, joueur de R2 en équipe et N1 en individuel

6	Philippe	PINTO	S	<b>94</b>
7	Thameur	MAMIA	S	<b>83</b>
8	Esteban	SENTENAT-CAZOT	B1	<b>83</b>
9	Vincent	LERUSSARD	V1	<b>79</b>
10	Vincent	GOURRAUD	S	<b>78</b>
11	René	COHEN	V3	<b>71</b>
12	Etienne	LABARBE	M1	<b>71</b>
13	Nathan	SUTRE	M2	<b>61</b>
14	Quentin	PUCHEU	M1	<b>55</b>

15	Julien	GOUTOULY	C1	<b>51</b>
16	Thibaut	BARRAL	C2	<b>49</b>
17	Emeric	CHAILLOT	S	<b>42</b>
18	Evans	CUGNO	C2	<b>41</b>
19	Martin	FABRE	M2	<b>39</b>
20	Nathan	PERENNES	J3	<b>36</b>
20	Sylvain	GOUTOULY	V1	<b>36</b>
20	Patrick	CHAUVIER	V2	<b>36</b>
20	Alexis	COIFFARD	J3	<b>36</b>

## Titres aquitains 2017

Le week-end des 7/8 janvier se tenait à Boe (47) la compétition qui attribue le titre de champion d'Aquitaine, pour toutes les catégories de joueurs et de joueuses.

Seules les meilleur(e)s de chaque catégorie sont convoqué(e)s, et la formule retenue est le mode championnat : tout le monde joue tout le monde, ce qui fait 11 rencontres en 2 jours pour certaines catégories !

Notre club était fortement représenté, et présent dans presque toutes les catégories.

Nos jeunes joueurs étaient encadrés par Mounaim et Arnaud, que l'on remercie pour leur disponibilité et leur implication. Merci aussi aux parents accompagnateurs dont certains ont aussi joué le rôle de coach.

Voici les résultats obtenus :

**En U11 filles : Juliette finit première et gagne le titre !** Bons résultats de Lucie (3<sup>ème</sup>) et de Victoria (4<sup>ème</sup>).



**En U13 filles : Juliette et Lucie (qui jouaient en surclassement) finissent 4<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup>.**

**En U18 Dames : Loane finit 6<sup>ème</sup>**

**En Senior Dames : Marion finit 6<sup>ème</sup>, Solène 7<sup>ème</sup> et Loane 8<sup>ème</sup>.**

**En U11 garçons : Esteban finit 5<sup>ème</sup> et Yanis 10<sup>ème</sup>.**

**En U13 garçons : Podium pour Dan (3<sup>ème</sup>) et Maxime (4<sup>ème</sup>) ! Ils ont bien tenu leur rang.**



**En U15 garçons : Belle performance et podium pour Mathis (2<sup>ème</sup>) et Julien (3<sup>ème</sup>) !**



**En U18 garçons : Excellent tournoi de Lucas qui finit 2<sup>ème</sup> !**



**En senior Hommes : Rémi Pauly décroche une très belle troisième place !**

## Championnat de France Vétérans - Manche Aquitaine

**112 inscrits se sont affrontés dans notre salle du Bouzet dans 9 catégories différentes le 7 janvier dernier. Les gagnants sont sélectionnés pour participer aux championnats de France Vétérans. Merci à l'ensemble des bénévoles pour l'organisation de cette manifestation !**

Notre Cestadais, **Pierre PICARD** (cf photo couverture), actuel champion de France V2, vous propose de vivre ce tour régional de l'intérieur :

*« Tout d'abord, cette épreuve est l'occasion de retrouver ceux qui ont jalonné ma "longue" carrière pongiste. Se remémorer le passé heureux avec les copains, prendre des nouvelles des uns et des autres...*

*L'ensemble des participants a le même sentiment que moi : ce retour dans le passé nous rajeunit tous un peu malgré nos tendinites, rhumatismes et autres marques du temps...*

*La compétition : 500 points d'avance au classement sur le meilleur adversaire, un joueur non expérimenté pourrait facilement se laisser déconcentrer et croire qu'il ne peut pas perdre.*

*Heureusement qu'il m'est déjà arrivé ce genre de mésaventure (perdre contre beaucoup moins fort que moi ) par manque de sérieux ou de respect pour un adversaire.*

*J'ai donc pris ce tournoi avec application et humilité, et compte tenu de mon petit niveau du moment, j'ai joué en faisant des choses simples pour limiter les fautes directes.*

*Objectif atteint, je vais pouvoir défendre mon titre national à Auch le week end de Pâques... ou plutôt essayer d'en gagner un autre car en sport, tout est remis en question tout le temps et la route vers un titre est longue et semée d'embûches »*

**Pierre remettra en jeu son titre national du 15 au 17 avril 2017 à Auch. Nous lui souhaitons le meilleur pour la suite de cette compétition !**



Vainqueurs dans les différentes catégories

Titres Vétérans Hommes	
V1	Jean DOMERGUE (CAM Bordeaux)
V2	<b>Pierre PICARD (SAG Cestas)</b>
V3	Dominique CHORON (US Branne)
V4	Paul Bert RANDRIANIVOSOA (CA Béglaïs)
V5	Jean TEDO (SU Agenais)

Titres Vétérans Dames	
V1	Clara MORVAN (TT Hendayais)
V2	Claire DELAROCHE-TAINON (US Talence)
V3	Marie-Paule CASAJUS (TT Oloron HB)
V4	Maryvonne DEL CASTILLO (JD Arc de Dax)

## Critériums Fédéraux : résultats du 3ème tour

La troisième des quatre journées des critères fédéraux s'est tenue le week-end des 28-29 janvier.

Voici les principaux résultats concernant nos représentants :

Benjamins Filles (Nationale 1) : Juliette et Lucie terminent 11<sup>ème</sup>.

Benjamins Filles (Nationale 2) : Victoria termine 4<sup>ème</sup>.

Benjamins Garçon (Nationale 1) : Noa termine 5<sup>ème</sup>.

Minimes Garçons (Nationale 2) : Maxime finit 8<sup>ème</sup> et Dan 11<sup>ème</sup>. Leur maintien est assuré.

Minimes Garçons (Régional 1) : Bon tournoi de Quentin qui finit 2<sup>ème</sup>. Etienne finit 8<sup>ème</sup>.

Cadets Garçon (Nationale 2) :

**Excellent tournoi de Julien qui finit premier et monte en N1 !**

Mathis finit 9<sup>ème</sup>, maintien assuré.



Cadets Garçons (Régional 2) : Noah finit 5<sup>ème</sup>.

Juniors Filles (Nationale 2) : Loane finit 5<sup>ème</sup>.

Juniors Garçons (Elite Pré-Nationale) : Lucas finit 5<sup>ème</sup>.

Seniors Dames (Nationale 2) : Très bons résultats pour Marion (3<sup>ème</sup>) et Solène (4<sup>ème</sup>).

Seniors Messieurs (Nationale 2) : **Dexter finit premier et accède à la N1 !** (Après deux places de second aux 2 premiers tours). Matthieu finit 9<sup>ème</sup> avec plusieurs performances à son actif.

**Les résultats d'ensemble sont solides, félicitations à nos joueuses et joueurs.**

**Merci aux coachs qui se sont déplacés parfois très loin pour les conseiller et les encourager.**

## Un nouveau médaillé au SAGC TT

Le 9 janvier 2017, la Médaille et le Diplôme de Lauréat de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif ont été décernés par la Fédération des Médaillés de la Gironde, à **Serge DANGLADE**, notre Trésorier Général.

En 2004 Serge inscrit son fils Geoffrey (âgé de 10 ans) au S.A.G.Cestas section Tennis de Table. Il adhère à la section la même année. Sa fille Emma rejoint le club en 2005 et deviendra l'une des meilleures jeunes Cestadaises en Nationale ... avant de partir pour pratiquer le Hand-Ball à haut niveau et arrêter le Tennis de Table.

Serge participe bénévolement aux animations de la section, il entre tout naturellement au Bureau dont et sera élu trésorier en 2008 (poste qu'il occupe actuellement). Il a réalisé l'adaptation dans le logiciel CIEL COMPTA du suivi du Budget Prévisionnel en temps réel, qui permet aux dirigeants de la section d'être informés au jour le jour si besoin est.

Il participe également à l'entraînement de jeunes athlètes (hors du SAGC, au Pessac Athlétic Club) dont il assure l'encadrement.

Serge était encore le week-end du 7 janvier à la salle de Tennis de Table en « bleu de chauffe » pour aider à la réception des 112 joueuses et joueurs qui ont disputé le Championnat des Vétérans qualificatif aux épreuves Nationales.

Merci Serge, félicitations et bonne continuation dans le monde associatif.



*Serge DANGLADE entouré de quelques membres de la section SAGCTT (présents également à cette cérémonie mais absents sur la photo : Edith PEÑARROYA, François TORRA et Manu PEÑARROYA).*

## Le coin du coach - Le coaching pendant le match



Les conseils que l'on donne à un joueur pendant un match s'avèrent souvent décisifs lorsque celui-ci est serré. **Arnaud COMBES** nous livre dans cet entretien son point de vue sur la question et détaille les éléments importants à prendre en compte lorsqu'on est amené à coacher un jeune joueur ou un co-équipier.

*Arnaud, peux-tu nous expliquer en quoi consiste le coaching pendant un match ?*

*De façon résumée, c'est l'ensemble des conseils que l'on donne au joueur avant et pendant le match. Ces conseils sont importants car le joueur manque souvent de recul pour effectuer les bons choix tactiques.*

*Qui peut coacher un joueur et à quels moments de la partie ?*

*En compétition individuelle, une seule personne (en général son entraîneur) peut coacher le joueur. En match par équipe, chaque membre de l'équipe peut coacher son co-équipier.*

*Le coaching intervient avant le match (pour définir la tactique si l'on connaît l'adversaire), entre chaque set pendant une minute, et pendant les temps morts (une minute maximum, que le joueur à l'origine du temps mort peut réduire à sa convenance).*

*Peut-on donner des conseils techniques pendant un match ?*

*Je parlerais plutôt de conseils technico-tactiques : par exemple servir long-lifté sur le coude de son adversaire, mais dans cet exemple le joueur doit déjà savoir servir long-lifté ! La technique se travaille longuement à l'entraînement, mais ne s'apprend pas en cours de match.*



*Alors comment réaliser un bon coaching ? Sur quelles bases ?*

*Il faut déjà bien connaître son joueur : savoir ce qu'il sait faire et ce qu'il ne sait pas faire. Ensuite, on essaye de repérer les forces et faiblesses de l'adversaire. Puis en fonction des points déjà joués, gagnés ou perdus, on dégage la ou les tactiques qui nous paraissent les plus pertinentes.*

*Lors du coaching proprement dit, quand on échange avec son joueur, on lui expose ces tactiques et on recherche son adhésion par rapport à nos propositions de jeu. Un point essentiel : le joueur doit avoir confiance dans la décision prise en commun. Je finis souvent mes conseils par "si tu le sens, bien entendu".*

*L'état de stress du joueur doit également être pris en compte pour adapter notre discours.*

*Le coaching évolue-t-il en cours de match ?*

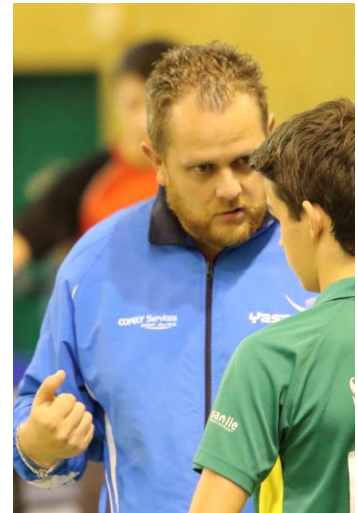
***Bien sûr. Un conseil donné à la fin de la première manche peut s'avérer désastreux à la cinquième si l'adversaire s'est adapté et a trouvé la parade. C'est une bataille tactique permanente, où ce qui compte, c'est le temps qu'on met à s'adapter au changement de tactique adverse.***

*Quelles sont les difficultés du coaching et les écueils à éviter ?*

***La principale difficulté est souvent l'état émotionnel du joueur que l'on coache, qui peut le rendre imperméable à tout conseil tactique. Dans ce cas, il faut d'abord chercher à le calmer, à le rassurer en lui disant qu'on a confiance en lui, qu'on peut trouver des solutions ensemble.***

***Ce qu'il faut éviter aussi, en tant que coach, c'est montrer des émotions négatives : déception par rapport à un mauvais coup, doute sur l'issue du match, désapprobation du comportement...***

***Autre risque : noyer le joueur sous des tonnes de conseils et d'explications, qui vont semer la confusion. Je me limite en général à 3 conseils maximum.***



***Il faut aussi savoir s'adapter au joueur coaché : certains souhaitent qu'on leur parle avec douceur, d'autres au contraire qu'on les pique au vif, certains souhaitent être encouragés entre chaque point alors que cela déconcentre d'autres joueurs.***

***Enfin, il faut savoir qu'il n'existe pas de conseils qui fonctionnent à chaque fois, un match restant un match. On n'est jamais sûr que notre coaching va s'avérer gagnant. Mais c'est pourquoi on est d'autant plus satisfait quand c'est le cas.***

*Existe-t-il des joueurs plus difficiles à coacher que d'autres ?*

***Oui, je distinguerais 3 profils type de joueur/joueuse avec lesquels le coach doit être vigilant :***

- Le distrait qui acquiesce toutes les paroles du coach, mais qui de retour à la table, ne met rien en application. A ceux-là, je leur demande de reformuler ce qu'on a dit pour m'assurer qu'ils ont tout écouté et tout compris.***
- Celui qui comprend mal la consigne : j'ai parfois dû dessiner la table et les trajectoires sur un morceau de papier pour être sûr de bien me faire comprendre de jeunes joueurs.***
- Celui qui croit tout savoir sur tout et ne veut rien écouter. Difficile d'aider dans ce cas.***



*En terme de stratégie, quels sont les meilleurs moments pour demander un temps mort ?*

*Ce n'est pas une science exacte, mais il y a quand même des moments privilégiés pour le demander :*

- *lors d'un passage à vide de son joueur, qui s'énerve et/ou est perdu dans ses choix*
- *lorsqu'il se relâche et n'est plus concentré sur son sujet*
- *lorsqu'il fait des mauvais choix tactiques pendant trop longtemps*
- *quand l'adversaire reprend confiance et commence à faire tourner le match en sa faveur*
- *lorsque le joueur mène au score dans une manche et que l'on souhaite augmenter ses chances de gagner cette manche pour prendre un avantage psychologique : c'est le temps mort "offensif".*

*En tant que coach, doit-on essayer de deviner les consignes du coach adverse ?*

*Oui, tout à fait. On peut même en jouer, et c'est alors que la partie de poker menteur commence ! On essaie de contrer ce que le coach adverse va dire, en préparant l'opposé de la tactique évidente qu'il attend de notre part. Mais il peut aussi faire la même chose de son côté !*



*As-tu vécu, en tant que joueur ou entraîneur, des situations où un coaching particulièrement inspiré a renversé le cours d'un match ?*

*En tant que coach, mon meilleur souvenir remonte à 2002 (j'avais alors 20 ans) lorsque j'ai coaché le cadet Béglais Aurélien Pérez-Schell aux Championnats de France. Il était alors n° 36 dans la hiérarchie des cadets français, et son coach habituel s'occupait d'un autre joueur de Bègles mieux classé (n°11).*

*Aurélien parvient à se sortir de la poule préliminaire, puis de la poule qualificative, contrairement à son partenaire de club. Son entraîneur habituel me laisse cependant continuer à coacher Aurélien, au vu des résultats obtenus.*

*Et l'aventure continue : il bat le n°2 en seizième, le n°10 en huitième, le n°6 en quart, et affronte le n°4 en demie. Le match est très serré et va à la belle ; Aurélien est mené 16-19, service à suivre (5 services d'affilée à l'époque). Je demande le temps mort à cet instant. J'explique à Aurélien que son adversaire connaît maintenant tous ses services, même ses meilleurs bien masqués ne le gênent plus.*

*Je lui propose alors de servir simplement court lifté au centre. C'est un service normalement pas trop compliqué à retourner. Mais sous l'effet de la fatigue et du stress, son adversaire va manquer de lucidité : il sort directement 3 retours et livre 2 balles hautes qu'Aurélien convertit en points gagnants ! Victoire 21-19 !*

*Cela reste ma meilleure expérience de coaching gagnant.*

*Pour l'anecdote, Aurélien perdra en finale contre Emmanuel Lebesson, futur champion d'Europe !*

*Et en tant que joueur ?*

*En tant que joueur, je garde un excellent souvenir d'un tour de Critérium Fédéral N1 Junior. J'étais alors cadet 2 (n° 4 français dans la catégorie). Mon entraîneur Dominique Saunier, le meilleur coach que j'ai jamais eu, me connaissait parfaitement et savait comment me préparer pour que je donne le meilleur en compétition.*

*Ainsi pour cette compétition qui commençait à 9h, il m'avait fait lever à 6h et imposé un footing matinal sous la neige ! Il m'a accompagné tout le long de la compétition, et j'ai fini par la gagner en réalisant de grosses perfs au passage. Cette victoire m'a permis de disputer les Open de Suède et de France.*

*Cela pour dire que le coaching ne se limite pas aux conseils pendant les matchs, mais est un processus global, et que la symbiose entre le joueur et le coach est primordial.*

*Et pour conclure ?*



*On n'est jamais sûr que notre coaching va s'avérer gagnant, car on est dans le domaine du sport, et chaque match reste un duel. Mais ce sont justement ces duels qui nous aident à progresser, comme l'illustre cette citation d'Albert Jacquard :*

*"C'est en se servant des qualités de son adversaire que l'on améliore ses propres performances".*

## Calendrier des compétitions 2017

Date	Compétition	Lieu
<b>2017</b>		
7/8 janvier	Titres Aquitains	Boe Bon Rencontre (47)
14/15 janvier	Championnat adultes – P2 J1	
21/22 janvier	Championnat adultes – P2 J2	
28/29 janvier	Criterium Fédéral – 3ème tour	
4/5 février	Top Détection - Régional	
11/12 février	Championnat adultes – P2 J3	
18/19 février	Conseil général - 2ème tour	
4/5 mars	Championnat adultes – P2 J4	
11/12 mars	Championnat adultes – P2 J5	
16/17/18 mars	Criterium Fédéral – 4ème tour	(N1 & N2)
25/26 mars	Championnat adultes – P2 J6	
1/2 avril	Conseil général - 3ème tour	
1/2 avril	Top Détection - Zone	
8/9 avril	Championnat adultes – P2 J7	
15/16 avril	Criterium Fédéral – 4ème tour	(Reg & Dep)
6/7 mai	Conseil général - 4ème tour	
5/6/7 mai	Championnat de France M / J	Belfort (90)
13 mai	Coupe Nationale des clubs (Reg)	
14 mai	Interclubs – 2ème tour	Boe Bon Rencontre (47)
26/27/28 mai	Championnat de France B / C	Joue les Tours (37)
10/11 juin	Coupe Nationale des clubs (Nat)	Bourges (18)
11 juin	Titres Gironde Jeunes	

## Remerciements

### A nos sponsors :



Ville de Cestas



### A notre photographe :

Jérôme (pour toutes les superbes photos des joueurs de Cestas)

### A nos rédacteurs :

Sylvain, Jérôme et Pierre pour les sur les championnats de France Vétérans

Dominique pour remise de la médaille à Serge

Stéphane pour la création et mise en forme de ce journal

**Retrouvez nous** toute l'année sur facebook [sagcestatt](https://www.facebook.com/sagcestatt) et sur le web [www.sagcestatt.fr](http://www.sagcestatt.fr)