

## Compte Rendu U12 Champagne Ardenne

### Dimanche 1 Avril - Golf de Champagne



La journée était orientée sur deux phases d'entraînement, la première avoir des supports sensitifs à l'entraînement « drills » avec des outils tels que l'élastique de renforcement capuchon sous le bras gauche permettant aux jeunes de les aider à accroître leurs sensibilités corporelles dans le mouvement.



#### 1<sup>ère</sup> Partie :

1. Ateliers petit jeu
  - a) Atelier : coup roulé standard : bord de green, drapeau milieu de green au F9  
→objectif rechercher le point de chute lire la pente, être plus méticuleux dans la lecture de la situation.
  - b) Atelier : coup levé au Pitching Wedge ou au Sandwedge autour d'un green surélevé.  
→objectif travailler sur le dégagement au travers la frappe, placement de la balle dans le stance (plus à gauche) et l'armement (vitesse) en gardant le corps stable afin d'augmenter le spin de la balle (effet rétro).

## 2<sup>ème</sup> Partie

Le jeu sur le parcours en formule à 3 joueurs en Scramble avec 2 axes :

1 → « s'engager »

2 → « oser »

Objectif : Scorer le plus bas possible en stroke play des départs rouge dames sur 10 trous.

Score team 1: Anouck – Léa - Christophe +1 (3 birdies)

Score team 2: Amo – Hugo - Come +5 (2 birdies)

Les jeunes ont été réceptifs aux consignes, participatifs et ouverts aux échanges.

Merci au Golf de Champagne pour l'excellent accueil.

La saison des compétitions peut démarrer.

Bonne SAISON à TOUS et à TOUTES.