



## **Sélection U12 Alsace**

**Coach : Olivier Sabourin**

Dimanche 10 mars 2019 golf de Soufflenheim

-9h30 : - Accueil, présentation de la journée, visite des installations.

### **Savoir**

-10h : -Technique : après un échauffement individuel, il est demandé de frapper chaque balle avec une intention.



### **Faire**

-en pratique, concours de putting 18 trous, puis un tour de compact 6 trous en scramble à deux et un autre en greensome stroke-play.

## -Résultats du scramble

Baptiste-Louis 0 (par)  
Robin-Josh : +1  
Tibo-Quentin : +1  
Lola-Elvire : +3

## -Résultats du greensome stroke-play :

Baptiste-Louis : +2  
Robin-Josh : +2  
Lola-Elvire : +2  
Tibo-Quentin : +4

-12/12h30 : Déjeuner au restaurant du golf.

-13h30 : **Gagner** :

-greensome stroke-play 9 trous



## Résultats du greensome match (nombre de trous gagnés)

Robin-Josh/Quentin-Tibo : 1/3  
Baptiste-Louis/Elvire-Lola : 3/4



Conditions de vent l'après-midi impressionnantes !

-15H30 : -retour au practice pour récupération technique

	vitesse de swing	angle d'attaque du drive	angle d'attaque du fer 7
Tibo Van de Neste	84	2	-4
Robin Millot	81	2	-4
Quentin Wolf	77	4	-4
Elvire Gibert	75	4	-2
Iola Schikele	72	7	-5
Baptiste Montiage	71	-1	-3
Louis Peresse	62	3	2
Joshua Olivier	56	-2	-3

Explications à l'aide du Flightscope :

-1/ avec le Driver, la frappe devrait être remontante (angle positif).

Ainsi, pour ceux qui ont peu de vitesse, il est préférable que la balle soit plus haute, qu'elle reste plus longtemps en l'air, pour aller loin ;

-2/ Avec le fer, pour un bon contact, la doit être frappe descendante (angle négatif); une des raisons d'un mauvais contact est que le transfert n'est pas compris ou réalisé avant le downswing ; les nappes de pression comme le Body Track nous permettront lors des futurs rassemblements de faire le point sur l'évolution de cette donnée chez des jeunes.

-16h30 :

## rassemblement et débriefing

Rappel de la fonction des regroupements sur le *territoire*, des sélections au niveau *régional*, et de l'objectif des championnats au niveau *national*.

Il est précisé l'importance des facteurs de performance :

Technique (swing)

Physique (échauffement, alimentation)

Mentales (concentration)

Stratégiques (étude du parcours, choix du coup).

Il est rappelé à tous, ainsi qu'aux joueurs sélectionnés au niveau régional que l'index n'est pas le seul point de progression ; il faut aussi apprendre à s'entraîner et s'évaluer.

Tout au long de l'année nous observerons les progrès de chacun pour de futurs rendez-vous avec les meilleurs !



Merci à l'équipe du Golf de Soufflenheim et à Jean-Yves Migeot, le professeur pour leur accueil fort sympathique !

