

POLE ESPOIR GRAND EST

*Réunion de rentrée
saison 2025-2026*



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



SAISON 2025/2026:

Pôle Espoir GE – Identité

- Devenir Excellent
 - ➔ Développer les savoir-être, les savoir-faire
 - ➔ ARBRE : Consolider ses racines pour viser haut et traverser les turbulences avec sérénité



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



Entraînement Pôle Espoir

- Nouveau groupe (4 nouveaux collégiens, pas de lycéens)
- Préparateur Physique (2 séances : mercredi 15h-16h/16h-17h)
- Des moments individuels proposés en plus
- Objectifs collectifs/individuels de progression
- Partenaires d'entraînements extérieurs

RECHERCHE encore des profils particuliers

PROJET de créer des moments pour aller encore vers d'autres partenaires délégations/clubs

EMPLOI DU TEMPS GLOBAL / VOLUME ENTRAINEMENT

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h20 - 12h15 COLLEGE	8h20 - 10h10 COLLEGE	8h20 - 12h15 COLLEGE	8h20 - 10h10 COLLEGE	8h20 - 11h20 ou 12h15 COLLEGE
	10h50 - 12h ENTRAINEMENT		10h50 - 12h ENTRAINEMENT	
PAUSE MIDI				
13h45 - 16h30 ENTRAINEMENT	12h50 ou 13h45 -14h40 ou 15h50 COLLEGE	14h - 15h ENTRAINEMENT (tout le groupe)	12h50 ou 13h45 -14h40 ou 15h50 COLLEGE	13h45 - 16h30 ENTRAINEMENT
	ENTRAINEMENT 16h10 - 18h30	15h-16h PHYSIQUE (Groupe 1) / ENTRAINEMENT (Groupe		
16h30-17h30 ENTRAINEMENT INDIVIDUEL		16h-17h PHYSIQUE (Groupe 1)/ ENTRAINEMENT		



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



ENCADREMENT

- Responsable : Sébastien
- Entraîneurs : Jérôme, Laurentiu, Guillaume S, Elisa
- Préparateur Physique : Yoan
- Préparation Mentale : Laurence
- Relation Administrative LIGUE : Guillaume K
- Relation Administrative CREPS : Guillaume S



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



Effectif Pôle 2025-2026

❑ 10 joueurs :

Collège : 9

Post Bac : 1

❑ 6 clubs représentés du GE :

TT Haguenau-Wissembourg (×4)

AP Illkirch G (×1)

Racing TT (×1)

Dorlisheim TT (1X)

Metz TT (X1)

MJC Colmar (1X)

1 club autre Ligue :

CP Caudry HDF (X1)



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



Divers

- Organisation Vestiaire

- Alimentation

Envie / Besoin

- Téléphone

Nombre heure/semaine

- Sommeil



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



COMPÉTITIONS

Calendrier :

- Sélections en stages et compétitions obligatoires
- Tournois : très favorables en favorisant une série pour gagner et 2 séries pour chercher des perfs

Compétitions :

1. Référence : Sélections nationales, circuit WTT, championnats de France, EMC, Stiga Masters, championnats du Grand Est
2. Qualificatives donc très importantes : Critérium Fédéral
3. Importantes : Championnat par équipe et sélections (IJ)
4. Tournois : facultatifs (mais important => critères ANS)
5. Autres : nous consulter

Retour de compétition :

- Ecole obligatoire si retour avant minuit



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



ACCOMPAGNEMENT EN COMPÉTITION

- **National**

- **CF N1** : **organisation logistique par la ligue**

Coaching par les entraîneurs du Pôle en collaboration avec les coachs clubs

A NOTER : Tarif Minibus Ligue 20 centimes/KM, CREPS 25 centimes/KM

- **CF N2** : **organisation et coaching par les clubs**

- **Régional** : Championnat Grand-Est : **organisation et coaching par les clubs**

Coaching

Critérium Fédéral N1 et Championnats de France Jeunes – Seniors

La « règle de base » est qu'il n'y ait pas de coaching lorsque 2 joueurs du Pôle Espoir se rencontrent, sauf si les deux joueurs sont tous les deux coachés par leur entraîneur de club.



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



ACCOMPAGNEMENT EN COMPÉTITION FINANCIER

Circuit WTT

Frais de déplacement, d'hébergement et de restauration (joueurs et coaches)	Frais d'encadrement des joueurs
Pris en charge par les familles	Pris en charge par la Ligue

Facturation Critérium Fédéral N1 et Championnats de France Jeunes et Seniors

Frais de déplacement (joueurs et coaches)	Frais d'hébergement et de restauration (joueur)	Frais d'hébergement et de restauration (coachs)
Pris en charge par les familles	Pris en charge par les familles	Pris en charge par la Ligue



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



RÔLE DES PARENTS

CONSEILS	
A faire	A éviter
Encourager/soutenir	Parler de technique, tactique
Intervenir sur le comportement	Réagir à chaud
Faire confiance au processus	Se « sur-impliquer »
Développer leur autonomie	Comparer avec les autres



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



MÉDICAL

- Surveillance Médicale Réglementaire (SMR) : Faite au CREPS excepté examen dentaire
- RDV en ligne pour le médecin CREPS (possible via smartphone ; consulter/informer les entraîneurs).
- Lien 1 fois par semaine avec le médecin en charge des Pongistes, Lien direct avec les kinés
- Matériel pour gérer les pépins physiques anodins : poche de glace, pansements à ampoules, pansements classiques, pommade, etc. - dans le sac de ping.



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table



COMMUNICATION

- Un entretien « formel » individuel avec vous dans l'année vers Décembre / Janvier
- Une autre rencontre, si nécessaire, vers fin mars/début avril (période des vœux pour 2025-2026)

INFOS ADMINISTRATIVES / AIDES

- Les différents paiements :
 - CREPS :
 - Externes : 650 € (pré-pôle 330€ = 2 entraînements semaines)
 - Internes : 4920 € (CREPS facture à la Ligue qui refacture)
 - Frais de fonctionnement : 1950€ par joueur (prise en charge de 2/3 par la Ligue pour les joueurs licenciés dans un club du Grand-Est). Coût pour le joueur : **650€**
 - **Echéancier sur 10 mois avec prélèvement automatique (mail Guillaume Kratz)**
- Aides et bourses LGETT (sous conditions) :
 - 200€ par joueur au Pôle (bourse ; par exemple : tournoi ou internat).
 - Aide au déplacement pour les internes du CREPS
 - Aide au déplacement pour les stages de Ligue
 - 25% sur les stages régionaux (rétrocession fin de saison)
 - Aide exceptionnelle



Ligue du Grand Est
de Tennis de Table

