



Comité régional
Midi-Pyrénées

2009

EQUIPE JEUNE ESCALADE

Midi - Pyrénées

expédions

alpinisme

ski de montagne

escalade

raquette

rando raid

canyonisme



fédération
française
de la montagne
et de l'escalade

Bilan synthétique saison sportive 2008-2009

Pour le comité sportif escalade, le CTR Laurent Lagarrigue en collaboration
avec les entraîneurs

1. LES FONDEMENTS

Objectifs

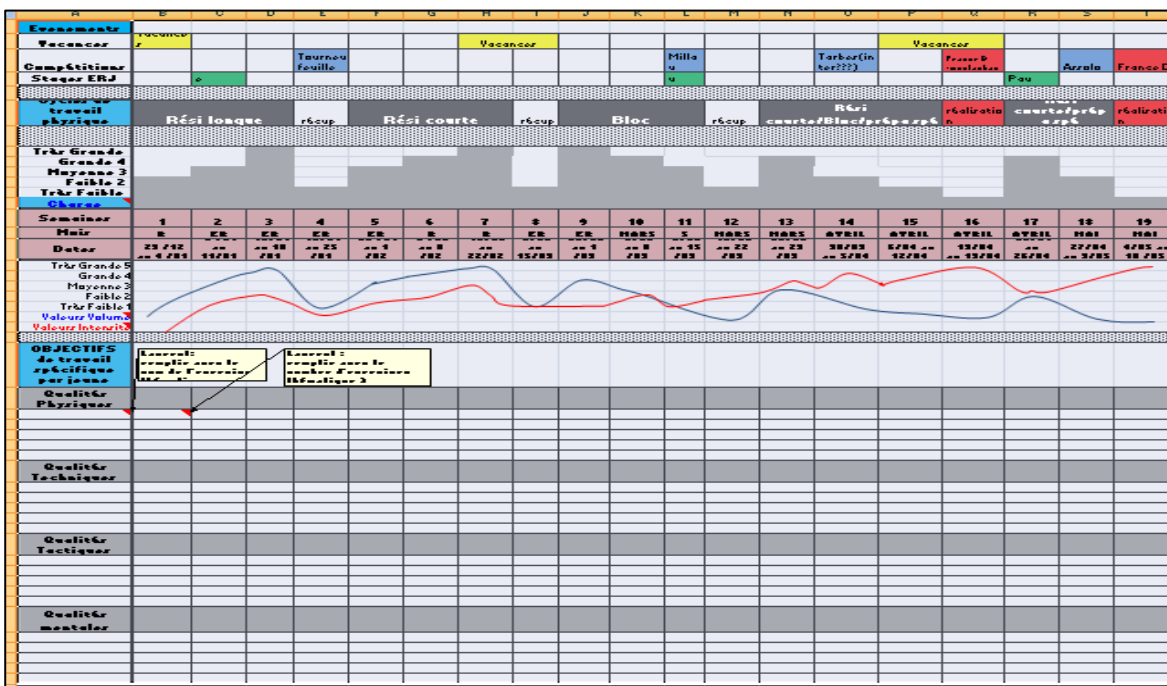
L'équipe régionale a pour vocation de réunir, dans la continuité et en relation avec les actions menées par les clubs et les comités départementaux, les meilleurs sportifs régionaux dans le but de favoriser leur préparation aux échéances nationales que sont les championnats de France de difficulté et de bloc.

Les grands principes de fonctionnement :

- Diminution du nombre de jeunes sélectionnés par stage (20) ayant pour objectif l'augmentation de la qualité des entrainements
- Deux entraineurs rémunérés par stage.
- Présence des entraineurs de club possible sur tous les stages.
- Un bilan réalisé après chaque stage communiqué aux entraineurs de club.
- Pour être susceptible d'être sélectionné, l'athlète devra faire la preuve de ses ambitions sportives et s'engager par le biais d'un contrat moral. (présence aux stages, implication dans les séances des stages et de son club)
- Prise en compte de la détection des benjamins et mise en place d'un stage spécifique.
- Réflexion à engager pour les jeunes qui sortent de l'équipe (jeunes séniors)

2. LES OUTILS MIS EN PLACE

- Un réseau d'entraîneur via une liste de diffusion
- La réflexion sur une plateforme internet accessible pour N+1
- Des stages
- Un suivi en compétition (Championnats de France)
- Une proposition de planification commune :



2. STAGES ET SELECTIONS

| Planning des stages et des règles de sélection | | |
|---|---------------------------------|--|
| 10 et 11 janvier 09 | Beyrède Jumet (65) | Stage N°1: reprise /préparation des championnats régionaux (Tournefeuille le 24 janvier) |
| <u>Critères de sélection pour ce stage</u> - Proposition collégiale des entraîneurs de club en regard des résultats de la saison passée et de l'implication dans l'entraînement au sein des clubs. | | |
| 14 et 15 mars 09 | Millau (12) | Stage N° 2 : préparation aux Inters (4 avril Tarbes et au France bloc (13 et 14 avril au Pouzin en Ardèche) |
| <u>Critères de sélection pour ce stage</u> - Proposition collégiale des entraîneurs de club en regard des résultats de la saison passée et de l'implication dans l'entraînement au sein des clubs. - Résultats championnats régional 2009(annulé) | | |
| 24 et 25 avril 09 | Tarbes (65) | Stage N° 3 : préparation aux Frances Espoirs de Difficulté (Quimper les 9 et 10 mai) |
| <u>Critère de sélection pour ce stage</u> : Les qualifiés aux Frances Espoirs 2009 | | |
| 27 juin 09 | St Antonin Noble Val(82) | Stage N°0: Rassemblement des benjamins afin de préparer la saison 2010 |
| <u>Critères de sélection pour ce stage</u> : Sélection des entraîneurs de clubs | | |

Liste des jeunes sélectionnés sur l'année (Effectif 30)

| | Juniors garçons | Juniors filles | Cadets | Cadettes | Minimes garçons | Minimes filles |
|---|---|--|--|---|--|--|
| 1 | Fabrice LANDRY (assolo) | Clémentine KAISER (espace grimpe) | François KAISER (espace grimpe) | Kathleen GOURNEY (TAG) | Maxime PUCHEUX (arbizon) | Camille LONCAN (Amitié nature) |
| 2 | BONDER Jeremy (cahors montagne) | Clémence HALBEHER (TAG) | Thibault LAIR (Amitié nature) | Celia ANSEMI (espace grimpe) | Clément DUPON (arbizon) | Mégane BONAL (Amitié nature) |
| 3 | Victor SOLIGNAC (caf causses et cevenes) | Mathilde BECERRA (assolo) | Martinez Lucien (espace grimpe) | Anna AVERY (caf causses et Cévennes) | Alexandre MERCX (assolo) | MARIGO Léa (TAG /3 mousquetons) |
| 4 | LEMETTRE sylvain (TAG) | Karine SARARAK (Amitié nature) | Mathieu TRAVAILLARD (TAG) | Cindy SARARAK (Amitié nature) | Mike Brand (caf causses et Cévennes) | Mathilde BUISSON (TAG) |
| 5 | SARINI Cédric (TAG) | Chauvin Emilie (TAG) | Thomas DELARBRE (TUC) | Camille MAROT (TAG) | | |
| 6 | LEMETTRE Remi (TAG) | Cannac Mélanie (caf causses et Cévennes) | | | | |

3. COMPTE RENDU DES STAGES

Quatre stages ont eu lieu en ce début d'année:

10/11 janvier à Beyrede Jumet, stage de reprise préparation des championnats régionaux

14/15 mars à Millau, stage de préparation aux inters et aux championnats France de bloc

24/25 avril à Tarbes, stage de préparation aux France de difficulté.

27 juin St Antonin Noble Val detection Benjamin

Beyrede Jumet

2 jours

14 jeunes présents/20 invités.

Encadrement: Mathieu Gallot Lavallée, Gilles Crenn, Laurent Lagarrigue

Premier jour: Travail de voies sur le mur

Deuxième jour: Tentatives d'enchaînement des voies travaillées la veille

Objectif: Travail de voies. Nous voulions que les jeunes se familiarisent avec l'escalade dans de vraies voies dures, afin qu'ils soient en capacité de créer des voies ou des circuits difficiles à l'entraînement, et qu'ils puissent former à une méthode de travail de voies.

Bilan: Travail sérieux malgré le manque d'expérience dans ce domaine, On détecte une évolution dans l'approche de voies après travail, on peut voir certains jeunes vraiment investis dans leurs tentatives ; désacralisation de la réussite et valorisation de la combativité.

Bilan positif dans l'ensemble.

Millau

2 jours

12 présents/20 invités.

Encadrement: Mathieu Gallot Lavallée, Pierre Soulé, Laurent Lagarrigue

Premier jour: Contest couleur caillou avec briefing entre les tours

Deuxième jour: Tentative au premier essai en falaise à Cantobre

Objectifs: 1) Profiter de la compétition de Millau en vue de préparer le contest des championnats France. 2) Observer le comportement des jeunes et s'autoriser une intervention si nécessaire, mettre au point un outil de suivi de contest.

3) En falaise, proposer une situation nouvelle à beaucoup des jeunes présents, valoriser la combativité et créer une ambiance conviviale et motivante pour le groupe.

Bilan: L'intervention du premier jour à été difficile à mettre en place du fait de la place importante occupée par l'objectif compétitif dans l'esprit des jeunes qui ne veulent pas remplacer une compétition par une séance d'entraînement. Les consignes sont dures à faire passer. L'attention est limitée.

La sortie en falaise s'avérait nécessaire après une grosse journée en salle et elle a semblée appréciée malgré quelques réfractaires. (surtout à cause de la peur du vol). Les consignes ont été relativement bien respectées et il y a eu de belles réalisations. Dans l'ensemble nous avons noté la difficulté des jeunes à faire la part des choses entre situation de compétition et situation d'entraînement ce qui les emmènent à ne plus respecter la consigne si la réussite est menacée.

Du point de vue général il semble peu intéressant de faire d'autres stages sur des compétitions étant donné les problèmes rencontrés. De plus nous avons pu constater que le fait que des jeunes soient invités le soir nuit à la cohésion de groupe.

Tarbes

2 jours

22 jeunes présents/26 invités.

Encadrement: Mathieu Gallot Lavallée, Gilles Crenn,

Premier jour: Ateliers divers allant de l'escalade flash à une main dans le dos, carré magique et mousquetonages.

Deuxième jour: Continuité sur les ateliers mais en diminuant le volume et en favorisant la qualité.

Objectif: Proposer divers ateliers visant au développement des sensations et à la recherche d'efficacité ainsi que des exercices d'entraînement en résistance, tout en valorisant l'effet de groupe et la combativité.

Bilan: Deux journées impressionnantes en termes d'investissement aussi bien quantitatif que qualitatif, très bonne cohésion de groupe renforcée par le nombre et le fait que tous le monde mangeait au même endroit.

Des lacunes révélées par la variété des ateliers constatées chez certains jeunes.

Bilan stage benjamins St Antonin

1 Jour

Encadrement: Mathieu Gallot Lavallée, Gilles Crenn, Karl Marcihac

15 Participants de 10 à 13 ans

4 Clubs représentés (TAG, ARBIZON, ASOLO, QUERCY GRIMPE)

Objectifs: Réunir les meilleurs espoirs benjamins de la région afin de mieux les connaître en vue de potentielles sélections en équipe minime.

La journée démarre fort avec de belles réalisations en bloc et une grande motivation dans l'approche de l'activité. Le circuit et les carrés magiques révèlent d'autres aspects de ces jeunes et montrent que ceux qui pratiquent la falaise auraient tendance à être plus à l'aise dans ce type d'efforts, meilleure économie, meilleure lecture, meilleur relâchement, etc..

Le niveau général sur ce type de parcours semble nettement en dessous du niveau en bloc.

En falaise c'est encore une autre facette qui nous est montrée avec de gros blocages face à la peur et l'incompréhension du support.

Bilan: Cette journée nous aura permis de mieux connaître les jeunes talents de la région et même d'en découvrir. La pratique sur différents supports aura permis de faire un bilan assez large de leur niveau de pratique et de mettre à jour des faiblesses dans certaines disciplines de l'escalade. Pas de grosses surprises mais un point intéressant sur le niveau des benjamins aujourd'hui en midi Pyrénées.

BILAN GENERAL

Des stages différents par leur contenu comme par leur déroulement, qui permettent de faire quelques remarques sur les possibilités d'évolution pour les années à venir.

-Il serait préférable d'organiser autant que possible les stages sur des lieux neutres (pas à domicile) afin de conserver la cohésion du groupe et d'emmener les jeunes sur des murs motivants.

-Il faut remplir les quotas des stages et demander aux jeunes d'être plus rigoureux sur les inscriptions.

-Il faut dynamiser le travail de partenariat avec les clubs ce qui dans le futur devra permettre de limiter certaines lacunes chez des jeunes de ce niveau.



4. RESULTATS SUR LES EPREUVES DE REFERENCE

Championnats de France jeunes

| | F Blocs | F Difficulté | | F Blocs | F Difficulté | | F Blocs | F Difficulté |
|------------------------|---------|--------------|---------------------|---------|--------------|------------------------|---------|--------------|
| Juniors garçons | | | Cadets | | | Minimes garçons | | |
| Fabrice LANDRY | 1 | 3 | François KAISER | 2 | 1 | Maxime PUCHEUX | 4 | 23 |
| Jérémy Bonder | 8 | 12 | Thibault LAIR | 7 | 28 | Clément DUPON | 10 | 13 |
| Victor SOLIGNAC | 13 | 20 | MARTINEZ Lucien | 0 | 17 | Alexandre MERCX | 13 | 14 |
| LEMETTRE sylvain | 0 | 47 | Mathieu TRAVAILLARD | 0 | 36 | Mike BRAND | 15 | 41 |
| SARINI Cédric | 16 | 37 | Thomas DELARBRE | 9 | 61 | | | |
| LEMETTRE Remi | 0 | 37 | | | | | | |
| Juniors filles | | | Cadettes | | | Minimes filles | | |
| Clémentine KAISER | 1 | 21 | Kathleen GOURNEY | 29 | 9 | Camille LONCAN | 10 | 29 |
| Clémence HALBEHER | 0 | 4 | Celia ANSELMINI | 5 | 22 | Mégane BONAL | 9 | 15 |
| Mathilde BECERRA | 5 | 6 | Anna AVERY | 10 | 23 | MARIGO Léa | | 20 |
| Karine SARARAK | 0 | 10 | Cindy SARARAK | 0 | 6 | Mathilde BUISSON | 0 | 57 |
| CHAUVIN Emilie | 0 | 27 | Camille MAROT | 0 | 13 | Marion Ouielle | 10 | |
| CANNAC Mélanie | 20 | 28 | | | | | | |

4. PRECONISATIONS ET PERSPECTIVES POUR 2009/2010

- Clubs
 - Faire le point sur les formes et fréquence d'entraînement dans les clubs,
 - Proposer aux clubs une batterie de tests d'évaluation facile à réaliser en début de saison de façon à pouvoir faire un suivi en cours d'année,
- Equipe Régionale
 - Conserver la même typologie de stages et proposer un stage de 5 jours en été (fin et début de saison),
 - Conforter les bilans après chaque stage,
 - Garder la planification commune,
 - Proposition de mise en place d'un carnet d'entraînement support papier ou informatique pour les jeunes,
 - Initier une visite dans les clubs sur la base d'un bilan individuel par jeune,
 - Exploiter les bilans du rassemblement benjamins en termes d'accompagnement dans les clubs,
- Sportifs
 - Arriver à faire comprendre aux jeunes qu'il est nécessaire de réduire le nombre de participations aux compétitions ou tout du moins de participer à certaines épreuves sans objectif de réussite mais en les abordant comme de étapes dans le processus d'entraînement,
- Comité régional
 - Proposer la mise en place de finale sur les épreuves de bloc régionales,
 - Accentuer la formation des entraîneurs,
 - Mettre en place le projet de centre d'entraînement régional pour les juniors et les séniors

D'un point de vue général et compte tenu des objectifs élevés de beaucoup de jeunes (accès finale des championnats de France ou podium) il semble que la fréquence de pratique soit encore trop faible mais surtout, un gros effort sur l'implication dans le processus d'entraînement est à fournir.

En conclusion : Extrait de direct' cimes Avril 2009 : Question à Jérôme Meyer :
 « Si tu devais matérialiser en quelques mots clés ce qui a pu faire de toi un vrai champion quels seraient-ils ? » « **Le plaisir mais en le prenant comme un vrai travail et pas seulement profiter sans forcer.** »