

{jcomments on}La ligue Nord-Pas de Calais était invitée cette année par la fédération allemande à sélectionner 4 athlètes minimes pour participer au stage fédéral regroupant tous les meilleurs athlètes d'Outre-Rhin. Deux jeunes tourquennois ont été choisis : **Camille**

Longuépée

(Longueur-Haies) et

Loïc

Herkenrath

(Haies) et ont pu se frotter 5 jours durant à l'élite allemande.

{flickr-album}Type=Photoset, Photoset=72157623234316268{/flickr-album}

Voici le compte-rendu de Françoise Bels qui a accompagné les 4 représentants de la Ligue :

"Expérience intéressante pour nos jeunes français à Sarrebruck où étaient réunis les meilleurs minimes allemands de la zone OUEST et SUD.

Le Nord et l'Est ça sera la semaine prochaine près de Berlin.

Ce stage coordonné par le responsable allemand des moins de 18 ans a pour but de repérer les futurs talents capables de participer aux mondiaux cadets de Lille notamment en 2011 et de voir leur comportement en société! (car certains seront appelés à intégrer les futures équipes allemandes!)

3 d'entre eux, pourtant doués, savent qu'ils ne feront plus partie du prochain stage. (2 retards! 1 vol de biscuits). Les jeunes français, en retard pour le premier repas, n'ont plus osé recommencer!

Les installations de Sarrebruck sont superbes, tant les chambres, salles de réunion, que toutes les halles de sport; une salle encore plus grande, multi-fonctionnelle est en projet! Le stade côtoie la salle d'athlétisme, ce qui permet de travailler, la moitié de la séance en extérieur, l'autre en intérieur! Un rêve pour les sportifs comme Clément Hocq qui s'entraîne là. La salle ne manque d'aucun matériel, notamment de l'équipement de gym très utilisé dans l'échauffement allemand de l'athlétisme (cordes, cheval d'arçons, barres parallèles etc.).

Pour ce stage (c'est la période creuse en Allemagne) les objectifs n'étaient pas de travailler à fond chaque discipline mais les sauteurs ont privilégié le travail du pied et de la coordination, les lanceurs, la coordination, la gym et le gainage, les sprinters, la coordination, la réactivité, le gainage, la souplesse(gymnastique) et les demi-fondeurs, le travail du pied, la souplesse, la

ppg.

Tous ont eu droit au test de Cooper, même les lanceurs qui d'ailleurs terminent toujours leur séance par de la course. Et la PPG dernière séance en commun a été conçue de manière originale!

Dans les 3 groupes, les échauffements se font faits la plupart du temps avec des jeux de ballon, passe à 10 pour les lanceurs, football etc.(courant en hiver)

Des conférences ont eu lieu sur le dopage, le fair-play dans le sport.

Manu-Georges N Guenyang, Loic Herkenrath, Camille Longuépée du LMA et Marie Codevelle de Marck, comme tous les autres, ont été gâtés (équipement-desserts surprise-participation au Stade 2 régional etc.)

Camille Longuépée a été félicitée pour son intégration très aisée au milieu des allemands! (sur la photo en compagnie d'une minime à 3m90 en perche)"