

Compte rendu stage Para golf

Lieu : golf de l'Île d'Or

Date : 23 avril 2021

Météo : soleil, chaleur

Nombre de participants : 6

*Jean Yves, désarticulé membre inférieur droit

*Benoit, infirmité motrice cérébrale

*Claude, prothèse jambe gauche, + cancer

*Grégory, amputation bras gauche

*Eric, atrophie bras gauche

*Lionel, problèmes colonne vertébrale

+ Gilles Berruet, responsable du Para golf à la Ligue des Pays de la Loire

+ Isabelle Lavie, entraîneur régional Para golf

Objectifs de ce stage : Préparer la saison golfique qui s'annonce.

Résumé de la journée :

9h30 : Discussion autour d'un café pour connaître les entraînements faits pendant l'hiver.

10h15 : practice pour revoir les fondamentaux et filmer chacun des participants en situation sur l'herbe. Révision du petit jeu qui manque à certains

11h50 : putting, découverte d'un jeu appelé Pétanque. Claude gagne le concours. Bravo

12h : repas, sous les arbres du parking, derrière le club house pour ne pas embêter la direction, au frais, dans le respect des distances.

14h : parcours 9 trous avec la mission de 1 mise en jeu, puis 1 approche levée à environ 30m du green avec obstacle et 1 approche roulée. Combien de fois suis-je capable de faire approche-putt

Victoire de Lionel qui a rentré une approche...

16h : débrief commun et personnalisé.

Bilan individualisé

Jean Yves : nous avons redéfini le plan du club que tu voulais coucher plus à droite mais le retour se faisait par dessus. La vidéo a permis de mieux identifier le plan pour chaque club. Se tenir un peu plus près pour les approches et plus loin pour les grands coups.

Grégory : tu es bien en swing avec un bon tempo. Les mises en jeu sont parfois à droite par une face pas square à l'impact. Le buste s'avance un peu trop avant de jouer ce qui provoque une mauvaise organisation. En revanche, le petit jeu est très bien, bonne concentration.

Benoit : tu fais beaucoup de progrès avec les clubs femmes plus légers pour toi. Ton rythme de jeu est super par rapport à l'autre stage. Tu es très régulier sur le petit jeu. Bravo

Claude : j'ai appris à te découvrir ce jour. Tes bras sont trop actifs, or tu peux tourner plus ton buste pour laisser des bras plus relâchés. Sur un rythme plus calme, le club travaille plus. La chaleur a eu raison de toi vers la fin du parcours...

Eric : tu dois travailler la conservation des angles au petit jeu. Manque de gainage que tu attribues à l'hiver et au télétravail Ton côté droit est fort et doit s'engager plus vers l'avant.

Lionel : tu retrouves le jeu après de longs mois d'abstinence. Une canne anglaise t'aide à rester debout donc tu joues avec une main. Cependant, la canne ne touche pas le sol avant l'impact... bravo, tu retrouves un peu de mobilité. Tu dois prendre un club plus court pour l'instant sur PW, Fer9 pour mieux gérer le poids du club. La confiance revient. Tu peux jouer

Bilan général : super accueil du golf de l'Île d'Or (je regrette juste le nombre de balles de practice en petit nombre et leur état au fond de ce practice. Ce fût exprimé).

La vidéo individuelle vous a permis de mieux vous situer dans l'espace et j'en suis ravie. Expérience à renouveler. Vous avez tous des choses à travailler ou à répéter afin d'encrener des sensations positives.

Merci d'accepter que ces entraînements aient lieu le vendredi. Mon emploi du temps et j'espère les vôtres sont plus gérables.

Merci à Gilles de sa présence, des photos faites durant la journée, des attentions comme les croissants, ainsi que sa bonne humeur.

Merci la Ligue pour les repas et boissons.

Merci à vous tous car vous me donnez un dynamisme incroyable !

Rendez-vous le 24 septembre 2021 à Saint Gilles Croix de Vie.

Bonne saison à tous

Bien à vous tous.

Isabelle