

Compte rendu stage Handigolf Avril 2023

Lieu : golf de l'Ile d'Or

Date : 7 avril 2023

Météo : brouillard puis soleil, fraîcheur le matin, journée idéale

Nombre de participants : 6

*Eric Denis, index 21,5, atrophie bras gauche

*Jean Yves Padioleau, index 16,7, désarticulé membre inférieur droit

*Yvan Gaudou, index 19,1, pas de releveur et fléchisseur du pied droit suite à accident, orthèse en carbone

*Benoit Ouriou, index 43,3, infirmité motrice cérébrale

*Claude Peigné, 21,7, prothèse jambe gauche

*Patrick Girard, 54, problème colonne vertébrale, paralysie des membres inférieurs, manque de mobilité

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

+ Isabelle Lavie, entraîneur régional paragolf

Excusés :

Eugène Briand, Lionel Couturier, Jacques Gilles, Michèle Jaccaz

Objectif de ce stage :

Voir les progressions mais surtout les attaques de green, approches qui vont permettre à ce groupe de gagner des points et donc de progresser.

Organisation de la journée :

Après aucun un échauffement, ce que je regrette un peu, direction le parcours, 9 trous du 10 au 18. C'est mon choix de commencer par le parcours car l'après midi, après déjeuner, ils sont moins réactifs et fatigués.

Il m'arrive de filmer certains coups et de leur montrer de suite la vidéo de sorte à mobiliser une correction. Le practice le permettra plus tard. Ils n'en feront pas tous.

L'après midi, j'ai poussé ces joueurs dans leurs retranchements. Ils sont généralement habitués à utiliser un seul club pour toutes les approches (voire 2 mais pas pour tous).

Je leur ai demandé de jouer deux situations par trou sur le compact, entre 60 et 2 mètres, 2 balles à chaque situation en obligeant un changement de club entre les 2 balles. Exemple : une balle avec un SW et une balle avec un fer 9 du même endroit.

En fait, le choix de leur seul club dont ils ont la maîtrise les laisse parfois trop loin des drapeaux ou ils se mettent en danger à obliger un vol de balle sans raison apparente. Il y a plusieurs trajectoires à travailler, à imaginer, à réaliser avec le même club ou des clubs différents. Ils en ont la capacité.

C'était volontaire de ma part de les mettre dans le « doute » sans porter préjudice à leurs compétitions futures. Juste une réflexion pour plus de facilité et de réussite.

Pas de putting malgré la beauté des greens. J'aurais du et le temps nous a manqué.

Bilan personnalisé :

Eric : bonne prise d'élan un peu plus courte, Eric sait gérer ses choix de clubs. Il connaît ses distances. Ne pas oublier de terminer appuyer jambe gauche. Parfois, l'envie de vitesse lui fait perdre l'équilibre et terminer sur la jambe droite. Le rythme est la principale chose à travailler. Eric peut utiliser plusieurs clubs autour des greens. Il a travaillé son swing pendant l'hiver et cela se voit. Il est motivé.

Jean Yves : super grand jeu. Rythme, posture, équilibre, tout y est. Il a des compétitions et grands prix en prévision, un beau programme en vue. Le travail des approches reste le point brûlant en modifiant le choix des clubs. Je l'ai perturbé mais il a gardé le sourire car je lui lance des défis. Motivation au top.

Yvan : a subi une intervention de la jambe droite et cela l'a laissé 6 mois absent des parcours. Il revient avec des envies de se réabonner, pourquoi pas à l'Ile d'Or (si voiturette à prix réduit). Excellent vitesse, avec beaucoup d'action du haut du corps lié à une orthèse au pied droit en carbone rigide. Mais le tempo reste le travail essentiel.

Benoit : pas dans ses baskets, Benoit a un peu forcé sans entrainement le matin. Pas de rythme, mais toujours la bonne humeur et le bon humour. Les petites approches à 2 mains sont efficaces.

Claude : opéré des ligaments de l'épaule droite, il revient avec envie et bonne humeur. Super vitesse, bon engagement avec néanmoins parfois une précipitation vers la balle. Mais Claude a des ressources insoupçonnées.

Patrick : Les problèmes de santé te mettent mal à l'aise. Du coup, tu es complexé par rapport aux autres et te ne retrouves pas le niveau que tu avais auparavant. J'ai essayé de prendre le temps de discuter avec toi sur la notion de plaisir. Quelle est ta définition du plaisir ? Vaste débat m'as-tu répondu... Justement, j'aimerais que tu réfléchisses à cette notion. Qu'est-ce qui peut te faire plaisir aujourd'hui, au golf d'abord. Mes balles vont moins loin mais j'arrive tout de même à la lancer. Elles décollent parfois. Etc...

Personnellement, je ne regarde que le verre à moitié plein ! A débattre !

Fin du stage : arrêt vers 16h30 car la fatigue se fait sentir. Je reste au practice avec Yan qui a besoin de plus de conseils pour les longs fers. Je le rassure et après un seau de balles, il repart content de son entraînement

Merci à la Ligue pour l'encadrement et la prise en charge des repas.

Merci à Gilles de sa présence et action en amont et sur site (les photos entre autre)

Merci au golf de l'Ile d'Or, Hélène Mora, Agnès, pour leur accueil et leurs possibilités d'entraînements.