

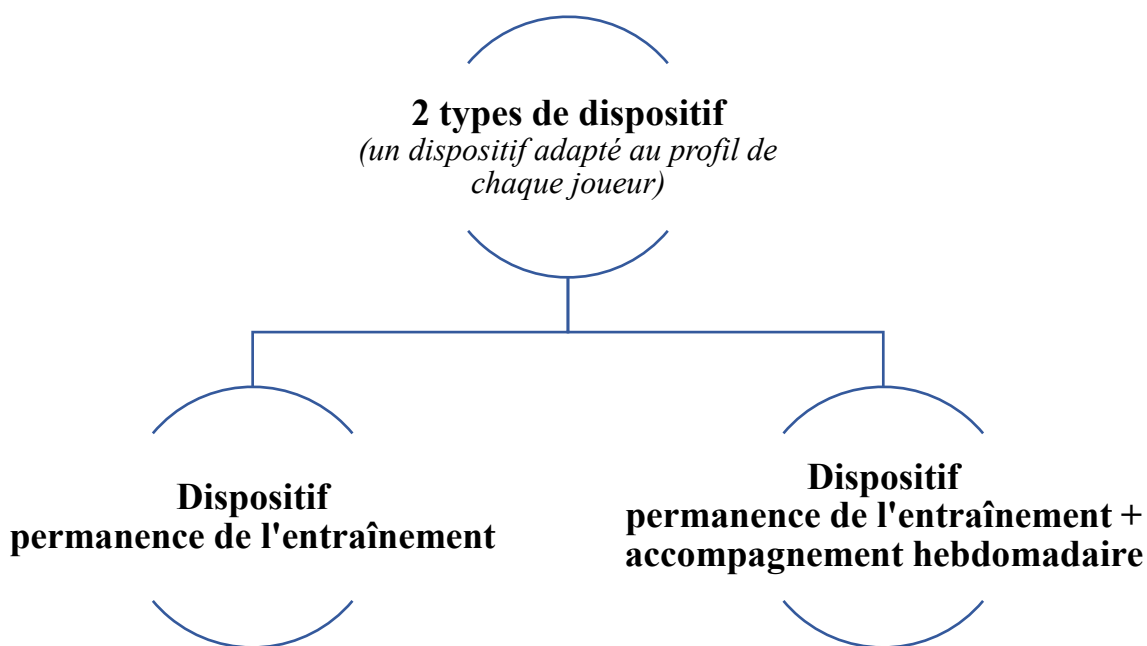
Saison 2025 / 2026

GROUPES REGIONAL FORMATION

Cahier des charges

Objectif : mise en place d'un entraînement qualitatif répondant aux objectifs du Projet de Performance Fédéral et de la politique sportive régionale.

Finalité : mise en place d'une politique sportive cohérente et en harmonie sur le territoire régional.



- ✓ **Catégories ciblées** : Moins de 9 ans et Moins de 11 ans (né(e)s en 2015 et après)
- ✓ **Effectif** : variable suivant les saisons sportives
- ✓ **Période** : Juillet 2025 à Juin 2026

Dispositif Permanence de l'entraînement

Descriptif

➤ EXIGENCES ENTRAÎNEMENT

Volume et fréquence hebdomadaire minimum	-9 ans	3 séances par semaine – 4h30 par semaine
	-10 ans	4 séances par semaine – 6h par semaine
	-11 ans	4 séances par semaine – 7h30 par semaine
Stages et regroupements	-9 ans	Stages régionaux (le nombre de jours peut être modulable en fonction des joueurs) Regroupements sur le Pôle Espoir (calendrier transmis en début de saison)
	-10 ans	Stages régionaux (le nombre de jours peut être modulable en fonction des joueurs) Regroupements sur le Pôle Espoir (calendrier transmis en début de saison)
	-11 ans	Stages régionaux Regroupements sur le Pôle Espoir (calendrier transmis en début de saison) Stage en immersion sur le Pôle Espoir
Type de séances		Séances sur le Pôle Espoir (regroupements et sur d'autres jours en fonction des joueurs) Séances sur le club d'origine et/ou le club ressource Séances sur regroupement départemental Pas de séance individuelle réalisée par la Ligue

➤ **EXIGENCES COMPETITIONS**

-9 ans	Participer aux finales par catégorie au niveau départemental, régional et honorer toute autre sélection par la Ligue
-10 ans	Participer aux finales par catégorie au niveau départemental, régional et honorer toute autre sélection par la Ligue Participer au minimum à 2 tournois sur l'année (la participation est à la charge des familles)
-11 ans	Participer aux finales par catégorie au niveau départemental, régional et honorer toute autre sélection par la Ligue Participer au Championnat par équipes (7 journées minimum sur l'année) Participer au minimum à 2 tournois sur l'année (la participation est à la charge des familles)

➤ **RECRUTEMENT DES ATHLETES**

- Le (la) pongiste doit se situer dans les 10 meilleur(e)s de sa catégorie d'âge.
- Etude de chaque pongiste au cas par cas.
- Réalisé par le Cadre Technique de Ligue responsable du Groupe Régional Formation, sur proposition du Cadre Technique missionné sur le département.
- Respect du cahier des charges : entraînement – compétition – qualité
(Convention Ligue – Club – Joueur)
- La présence d'un(e) pongiste est remise en cause chaque année.

➤ **MOYENS**

Partenariat Ligue de Normandie – Comités Départementaux – Clubs – Joueur(se) et sa famille.

<i>Outils</i>	Pôle Normandie / Club d'origine / Club ressource / Regroupement départemental
<i>Moyens humains</i>	Cadre technique du club / Cadre technique missionné sur le département / Cadres techniques de la Ligue

➤ **FINANCIER**

Une participation financière de la famille du joueur est demandée et s'élève à 500 € (possibilité de mensualiser) pour la saison sportive (de juillet à juin) comprenant :

- la prise en charge par la Ligue des coûts des stages régionaux
- la prise en charge par la Ligue de 50% du coût des stages nationaux
- l'ensemble des journées stagiaires régionales (week-ends et jours fériés)

A noter que les déplacements à Petit-Couronne (Pôle Espoir) et pour les stages sont pris en charge par la famille ou/et le club.

Dispositif

Permanence de l'entraînement + accompagnement hebdomadaire

Descriptif

➤ EXIGENCES ENTRAÎNEMENT

Volume et fréquence hebdomadaire minimum	-9 ans	3 séances par semaine – 4h30 par semaine
	-10 ans	4 séances par semaine – 6h par semaine
	-11 ans	4 séances par semaine – 7h30 par semaine
Stages et regroupements	-9 ans	Stages régionaux (le nombre de jours peut être modulable en fonction des joueurs) Regroupements sur le Pôle Espoir (calendrier transmis en début de saison)
	-10 ans	Stages régionaux (le nombre de jours peut être modulable en fonction des joueurs) Regroupements sur le Pôle Espoir (calendrier transmis en début de saison)
	-11 ans	Stages régionaux Regroupements sur le Pôle Espoir (calendrier transmis en début de saison) Stage en immersion sur le Pôle Espoir
Type de séances		Séances sur le Pôle Espoir (regroupements et sur d'autres jours en fonction des joueurs) Séances sur le club d'origine et/ou le club ressource Séances sur regroupement départemental Séance(s) individuelle(s) réalisées par la Ligue

➤ **EXIGENCES COMPETITIONS**

-9 ans	Participer aux finales par catégorie au niveau départemental, régional et honorer toute autre sélection par la Ligue
-10 ans	Participer aux finales par catégorie au niveau départemental, régional et honorer toute autre sélection par la Ligue Participer au minimum à 2 tournois sur l'année (la participation est à la charge des familles)
-11 ans	Participer aux finales par catégorie au niveau départemental, régional et honorer toute autre sélection par la Ligue Participer au Championnat par équipes (7 journées minimum sur l'année) Participer au minimum à 2 tournois sur l'année (la participation est à la charge des familles)

➤ **RECRUTEMENT DES ATHLETES**

- Le (la) pongiste doit se situer dans les 10 meilleur(e)s de sa catégorie d'âge.
- Etude de chaque pongiste au cas par cas.
- Réalisé par le Cadre Technique de Ligue responsable du Groupe Régional Formation, sur proposition du Cadre Technique missionné sur le département.
- Respect du cahier des charges : entraînement – compétition – qualité
(Convention Ligue – Club – Joueur)
- La présence d'un(e) pongiste est remise en cause chaque année.

➤ **MOYENS**

Partenariat Ligue de Normandie – Comités Départementaux – Clubs – Joueur(se) et sa famille.

<i>Outils</i>	Pôle Normandie / Club d'origine / Club ressource / Regroupement départemental
<i>Moyens humains</i>	Cadre technique du club / Cadre technique missionné sur le département / Cadres techniques de la Ligue

➤ **FINANCIER**

Une participation financière de la famille du joueur est demandée et s'élève à 600 € (possibilité de mensualiser) pour la saison sportive (de juillet à juin) comprenant :

- la prise en charge par la Ligue des coûts des stages régionaux
- la prise en charge par la Ligue de 50% du coût des stages nationaux
- l'ensemble des journées stagiaires régionales (week-ends et jours fériés)

A noter que les déplacements à Petit-Couronne (Pôle Espoir) et pour les stages sont pris en charge par la famille ou/et le club.