

## BILAN D'INTERVENTION

Mission	<b>STAGE EQUIPE DE LIGUE ESPOIRS PREPARATION CHPT DE FRANCE ESPOIRS</b>	Lieu	YACHT CLUB DE LA GRANDE MOTTE
Dates	Du mercredi 22 au vendredi 24 juillet 2015	Organisateur	LIGUE DE VOILE LANGUEDOC-ROUSSILLON

Sur une prévision initiale de 3 équipages de 2 clubs différents, finalement 2 équipages participant au Championnat de France glisse se sont retrouvés sur ces 3 journées de préparation.

Les deux équipages entraînés régulièrement par Aude Trabach au YCGM depuis le début de la saison sportive ont principalement navigué sur site, sans repère de confrontation nationale.

Pour favoriser l'émulation sportive et enrichir les situations tactiques au contact, un troisième équipage formé de jeunes pratiquants en optimist est venu nous aider dans cette préparation.

Avec Aude, nous avons axé les entraînements sur l'augmentation de la contrainte : objectif atteint grâce à l'engagement très dynamique des 4 minimes issus de la pratique optimist. Ils ont tenu leur rôle avec un enthousiasme bien affirmé lors des répétitions des situations compétitives, avec parfois la nécessité d'une intervention extérieure pour éviter la casse... Intégrer les effets de l'inertie et la masse du bateau dans son action à la barre est plus important qu'en optimist....

Des temps spécifiques ont été consacré pour présenter le cadre général du plan d'eau de Martigues (système de vent, relief...), revenir sur leur fonctionnement en équipage, stimuler et enrichir leur niveau de jeu (trajectoires, savoir glisser au portant, communication à bord, observation du vent sur le plan d'eau, utilisation du compas...).

Le volet préparation matériel n'a pas été oublié : carénage, ponçage, matelotage, révision et amélioration des pièces montrant des signes de fatigues ont fait partie du programme de chaque équipage tous les matins.

Il reste du chemin à parcourir pour atteindre un niveau de préparation susceptible de les placer dans les premiers d'une épreuve nationale.

L'expérience du Championnat de France espoir glisse devrait leur révéler des pistes pour progresser, et enrichir leur panel de compétences.

La réussite de ces projets en devenir dépendra également du degré d'autonomie qu'ils vont développer à l'issue de cette première confrontation nationale.

Leur volonté d'engagement dans un programme annuel plus riche avec des situations de confrontations supérieures sera déterminante dans leur future progression.

L'engagement dans des pratiques compétitives voile complémentaires devrait leur permettre de gagner du temps (passage sur d'autres expériences en équipage, pratique individuel...)

Cette intervention est à replacer dans le contexte général de la pratique régionale, un seul club avec une formation sportive régulière organisée sur cette pratique jeune, ... d'autres initiatives seraient les bienvenues pour créer une plus grande émulation sportive sur le territoire.

Eric NORET