

## STAGE PERCHE RENNES Du 28 Octobre au 3 Novembre 2022



La Ligue d'Athlétisme de Nouvelle Aquitaine a souhaité rassembler ses meilleurs perchistes de la région autour d'un stage dirigé par **Théo GABOREAU**. La performance était le maître mot de ce stage qui a eu lieu du 28 Octobre au 3 Novembre dans les superbes installations du stadium de Rennes.

Ce stage a regroupé <u>12 athlètes</u> de la Nouvelle Aquitaine: Isack PALATS (Stade Bordelais), Lalie COIQUAUD (US Talence), Capucine BOISSEAUD (G2A), Raphaël LE GLAS (US Talence), Quentin BOUCHET (Stade Niortais), Léo-Paulin MAHUTEAUX (US Talence), Danik KOVANOV (US Talence), David BOSII (US Talence), Nelio JIMENEZ (PBA), Basile THEAU (Stade Bordelais), Lucien LE MOIGNE (G2A) et Violette BRAY (EPA 86).

Les athlètes Néo Aquitains ont partagé ce stage avec d'autres athlètes de la Ligue Centre Val de Loire, encadré par Agnès LIVEBARDON, responsable du Pôle Espoir d'Orléans ce qui a permis de créer une vraie émulation entre les athlètes et de découvrir une autre vision.

Cette réunion d'athlètes a rendu possible de créer une dynamique très intéressante car les entraineurs ont pu concevoir 3 groupes de sauts leur permettant de regrouper les athlètes par niveau.

Chez les garçons, l'ambiance avait comme un air de stage national avec 5 athlètes ayant un niveau entre 5m30 et 5m40. De plus, la réunion d'un beau groupe de cadet ayant l'habitude de se retrouver en Championnat de France ont pu créer ainsi une belle énergie collective.

Au programme, les matinées étaient dédiées à des séances de technique de course, d'aérobie mais aussi à des initiation gym, haltérophilie et barre fixes. Les après-midi étaient plus basées sur du saut.

Nos perchistes sont maintenant prêt à affronter un dernier mois de préparation avant d'attaquer la saison en salle 2022/2023!

Photos: Vue du Ciel par Timothey GUILLON.















