

LA DEFENSE ?

Christian Martin, chargé de mission à la direction technique nationale, était présent en Picardie, à Villers St Paul, ce mercredi 25 février.

A l'initiative de la Ligue et du Comité de l'Oise, cette intervention a rassemblé une trentaine d'entraîneur après le CPS départemental.



Les participants autour de Christian Martin (au bout à droite sur la photo)

Ainsi, le technicien de renom international a fait partager son expérience de joueur et d'entraîneur sur le thème particulier de la défense.

Christian Martin a dressé un panorama particulièrement intéressant sur différents aspects liés à ce système de jeu, souvent décrié, à tort, mais toujours apprécié par les amateurs pour la qualité du spectacle qu'il amène et le plaisir de jeu qu'il procure.

Les éléments traités¹ :

- **l'évolution de la défense** dans l'histoire du tennis de table.
- la **chasse aux « idées reçues »** concernant ce système de jeu.
- les **éléments qui caractérisent le défenseur** et ceux permettant d'**identifier un « futur » défenseur**
- les **bases techniques de la défense** : déplacements, placement du corps par rapport à la balle, flexion des jambes, biomécanique de la défense coup droit et revers, contrôle et variation de balle, effets latéraux, différentes prises de balles sur la trajectoire, maquillage.
- les **priorités dans l'apprentissage**.

En guise de synthèse, le résumé de Christian Martin :

« Une bonne **ligne de sol**, un **contrôle** de balle affûté, une **mobilité** permanente et la possibilité d'**attaquer** régulièrement vont permettre à l'enfant de poser les bases de son jeu, de commencer à maîtriser les subtilités de la défense (se mettre dans la peau du défenseur) et de prendre beaucoup de **plaisir** à pratiquer ce système de jeu.

Il appartient à l'entraîneur de consolider et de compléter utilement ce socle de départ par l'ajout de tous les éléments constitutifs du jeu de défense et notamment de commencer à réaliser un **travail technique important** et d'aborder rapidement **la variation de balle** ».

Encore merci à Christian Martin pour son intervention et à tous les participants pour leur présence.

Etienne Guicherd
Conseiller Technique Régional

¹ Vous pourrez retrouver un résumé de l'intervention sur www.lptt.net