



COMPTE RENDU FORMATION

FPC « stage en immersion au Danemark »



**Direction Technique
Nationale,
29 novembre 2013,**

**Liste de diffusion : comité
d'administration de la
FFBaD, présidents de Ligues
et de comités,
coordonnateurs ETR, DTN,
formateurs, entraîneurs en
formation et leurs
employeurs**

PRESENTATION

Pour la 3ème année consécutive, cette formation d'entraîneurs s'est appuyée sur un stage de joueurs en "immersion" des collectifs / groupe France jeunes organisés dans les clubs danois, suivi d'un tournoi auquel les jeunes français participaient.

Les joueurs étaient encadrés par Christophe Jeanjean (U17), Régis Bridel (U15) et Bertrand Louvet (U13) : ils ont suivi les entraînements de clubs à Greve, Solrod, Lillerod et Vaerloose du 18 au 22 novembre et ont participé à une étape du circuit national jeune à Solrod et Greve les 23-24 novembre.

La formation continue s'est déroulée du 20 au 23 novembre. Elle concernait 3 stagiaires en lien avec le dispositif avenir et 3 stagiaires ayant un joueur dans les jeunes français présents.

Nous avons pu voir les entraînements des français dans les clubs, mais aussi un entraînement de club de U11/U9 à Greve et un entraînement mené à Gentofte par Peter Gade sur un groupe identifié de jeunes (programme financé par Copenhague et par la fédération danoise). Nous avons profité également d'une séance au centre national menée par Kenneth Jonassen (champion d'Europe 2008 en SH) avec Boe/Mogensen (vice champions olympiques à Londres en 2012, n°1 mondiaux jusqu'en juin 2013), Fischer Nielsen (bronze aux JO 2012), Roepke/Kruse (23ème mondiales en DD), Fladberg, Nohr, Madsen (n°1 danoise junior en SD).

Nous avons pu bénéficier de 5 interventions de grande qualité :

- Martin Lundgaard (n°1 mondial au début des années 2000 et père de 2 joueurs top 4 danois)
- Nadia Lydych (entraîneure salariée du club de Greve) sur la structuration et la gestion du club

- Preben Norgaard (entraîneur salarié du club de Solrod) sur la structuration du club et le développement des jeunes talents
- Finn Traerup Hansen (DTN de la DBF) sur l'organisation du secteur "performance" de la fédération danoise
- Bo Omosegaard, responsable de la structuration élite jeune

La formation était encadrée par Cyrille Gombrowicz et Philippe Georjon et la programmation a été réalisée par Christophe Jeanjean.

LES STAGIAIRES

Philippe Reynaert (entraîneur du club EBPS 12)
François Schmitt Bagoë (entraîneur du Red Star Mulhouse)
François Aymé (entraîneur du club de Tain/Tournon)
Pierre Marie Baudouin (entraîneur du club d'Annecy)
Fabrice Bernabé (entraîneur au pole Espoirs IdF)
Arnaud Hingant (salarié du comité du Calvados)

Mercredi 22 novembre

Entraînement à GREVE (U11/U13) : les U13 français ont participé à une séance avec les U11/U12 du club. Au programme travail de pied avec un thème musical et rythmique et travail des slices.

Entretien avec Martin Lundgaard (retour par François Baagoë Schmit) :

Dans un premier temps, Martin Lungaard nous parle de l'évolution du jeu en DH.

Il nous explique que lorsqu'il jouait, tout le monde voulait avoir l'attaque, et surtout les européens car leurs défenses n'étaient pas assez bonnes. Pour déjouer les asiatiques, ils ont remarqué qu'il fallait être très bon en service/retour. Aujourd'hui, tous les joueurs de double sont de très bons athlètes, ils sont tous très forts, et ils sont capables de sauter d'un coin du terrain à l'autre. On pourrait presque dire que ce sont deux joueurs de simple (en ce qui concerne le déplacement) qui jouent sur le terrain de double. Il nous explique que si on prend son ancien partenaire, il était bon pour aller de l'arrière du terrain vers le filet, mais pas pour les déplacements latéraux. Lui qui était un joueur de simple à la base était capable de couvrir tout le terrain et dans toutes les directions. Si on regarde Kai et Fu ou Lee Yong Dae, ils sont tous capables de couvrir le terrain dans toutes les directions. La plupart des points se marquent du mi-court au filet, les défenses étant tellement efficaces aujourd'hui que personne ne peut marquer de point depuis la ligne de fond. Il pense que pour être un top joueur de double, il faut développer le déplacement (il faut être très rapide) et la vitesse de la main (notamment dans le jeu à plat, mais pour enlever la vitesse car les asiatiques sont trop forts dans ce type d'échanges).

Pour lui, les asiatiques sont meilleurs que les européens dans les échanges rapides car ils pratiquent ce type d'échanges dès le plus jeune âge et parce qu'ils sont plus petits, donc il est plus facile pour eux d'être efficaces dans le jeu à plat (être sous le filet pour frapper au-dessus de la tête plutôt que devant soit) et de manière générale, il trouve que la technique des asiatiques est meilleure que celle des européens.

Il nous explique que le déplacement est très important. Il illustre cela par des exemples comme Mogensen et Fischer qui ont joués longtemps en simple avant de se spécialiser en double. Boë a toujours des problèmes pour les déplacements latéraux ce qui crée des ouvertures.

Ce qu'il faut retenir, c'est que si on a le déplacement, il est plus facile de mettre la pression tout le temps (surtout sur la fille en mixte). Pour lui, les joueurs choisissent parfois de se spécialiser trop tôt (en U15 par exemple) : ils pensent qu'ils n'ont pas à travailler le déplacement, ce qui pour lui est une erreur. Pour lui, il faut également être très fort physiquement, sinon le mental ne suit pas, et on ne peut pas devenir un « top player ».

Dans un second temps, il nous parle du simple dame.

Il pensait qu'être grand était important en simple dame à l'image des chinoises (notamment les WANG), mais finalement on peut voir des petits gabarits (les japonaises, les thaïlandaises) qui

jouent tout aussi bien. La première chose qu'il remarque, c'est qu'il faut être extrêmement forte physiquement. La deuxième chose, c'est qu'il faut être capable de marquer le point, ce n'est plus suffisant d'attendre la faute de l'adversaire. Les meilleures filles peuvent changer la vitesse de jeu pendant l'échange, elles peuvent attaquer lors de trois ou quatre frappes, et si cela ne marche pas, revenir sur un rythme moins rapide. Changer la vitesse du jeu pendant les échanges est quelque chose de nouveau en simple dame. Pour faire cela, il faut être intelligente sur le terrain et rapide avec le bras aussi.

Il nous parle ensuite du projet spécifique mis en place au Danemark pour les filles en U17 et U15. Toutes les meilleures filles (Mia, Irina...) sont fortes physiquement, savent s'entraîner dur depuis le plus jeune âge et ont la volonté de progresser. Sa fille (TOP 4 en U17), se prépare physiquement, mais pas seulement en s'entraînant au badminton : elle se lève à 5h30 pour faire la musculation (un petit peu avec des poids, mais beaucoup avec le poids du corps, monter de corde...) deux fois par semaine. Elle s'entraîne sur le terrain entre 5 à 6 fois par semaine. Bien que cela soit dur, c'est la seule façon de devenir une très bonne joueuse, il faut le vouloir, s'en donner les moyens et être patient (projet à long terme).

Nous lui demandons de nous dire selon lui qu'est ce qui manque aux Danois pour rivaliser avec les asiatiques.

Pour lui, la première différence est la mentalité : les asiatiques veulent vraiment devenir les meilleurs car ils savent qu'ils peuvent gagner beaucoup d'argent et vivre grâce au badminton. En Europe, nous sommes moins pauvres et beaucoup de jeunes joueurs vont arrêter le badminton car c'est trop dur. La deuxième différence est qu'au Danemark, ils ont quelques bons entraîneurs, mais pas assez. Il a trop peu de clubs qui sortent de bons joueurs. La fédération danoise doit former tous les entraîneurs de ses clubs ; il se demande pourquoi cette dernière n'essaie pas d'apprendre de ses entraîneurs pour partager le savoir avec les autres entraîneurs qui sont moins bons. S'il était un nouvel entraîneur, il irait dans les clubs qui forment les « top players » pour voir comment ils s'entraînent et apprendre de ses entraîneurs.

Nous lui demandons ce qu'il pense des coaches asiatiques surtout d'un point de vue tactique. Il nous répond qu'il avait l'habitude de dire que les asiatiques étaient moins bons tactiquement que les européens mais ils ont progressé dans ce domaine et ce notamment avec le nouveau système (coaching entre les points) qui permet d'aller dans le détail. Ils pensent que ce qui leur manque, c'est que les joueurs ne sont pas très innovateurs : Ils font ce qu'on leur dit et non pas ce qu'ils pensent ou ce qu'ils aiment (manque de créativité).

Nous lui expliquons comment en France, nous essayons de rendre nos athlètes plus responsables et autonomes sur leurs projets et lui demandons de quelle manière les danois font cela.

Il pense que c'est une combinaison de plusieurs choses. Si un joueur n'est pas sérieux au Danemark, alors un autre joueur viendra lui passer devant et sera meilleur. Alors le joueur qui s'est fait dépasser va se dire qu'il doit être meilleur et en faire plus que ce que le coach dit s'il veut réussir sa carrière. Il y a également un grand stage (17 jours) organisé par la fédération danoise durant l'été où les joueurs doivent préparer à l'avance leurs objectifs (et comment vont-ils s'entraîner pour les atteindre : objectifs de moyens). Il y a des objectifs de résultat mais également des objectifs techniques. Cela pousse les joueurs à se préparer et à penser à ce qu'ils doivent améliorer dans leur jeu. Une des limites de ce concept est que parfois les joueurs ont 5 coaches (il cite sa fille) et que cela peut troubler les joueurs (5 idées différentes de ce qu'il faut améliorer par exemple).

Nous lui demandons si les Danois font beaucoup d'analyse vidéo.

Il nous explique qu'il n'était pas très bon pour ça, Boe et Mogensen non plus. Les jeunes sont meilleurs pour analyser les vidéos. Pour les gros tournois comme les championnats du monde ou les Jeux Olympiques, la fédération danoise engage quelqu'un spécialement pour cela. Il dit qu'il demandait beaucoup ou servaient les adversaires et où ils retournaient mais il rappelle toutefois que les trois premiers coups sont moins important maintenant qu'il ne l'était quand il jouait.

Pour conclure, il nous parle du simple homme. Il nous dit que Lin Dan, Lee Chong Wei et Chen Long sont très forts mais que les autres joueurs ont des habiletés techniques

beaucoup moins importantes. Il prend l'exemple de Jorgensen qui a gagné en France : il dit qu'il est fort, mais pas tant que ça. Penguy DU est fort physiquement mais il n'a pas une grande habileté technique. Il trouve que le simple homme est assez ouvert en ce moment, contrairement au simple dame où il est extrêmement difficile d'atteindre le top niveau mondial.

Entraînement à Lillerod : les U15/U17 français se sont mélangés avec les danois de leur âge (du club) pour une séance à haute intensité basée sur du 2 contre 1. L'équipe de 2 se positionne l'un derrière l'autre dans certains exercices, et côte à côte dans d'autres (avec ou sans le couloir du fond et l'avant du court) mais dans tous les cas, ils ont pour consigne de mettre beaucoup de pression sur le joueur seul et ils en profitent pour fixer, feinter et ne font pas de cadeau si les trajectoires sont faibles. Celui qui est seul travaille les trajectoires poussées, les maintiens d'attaques, les démarrages et les frappes en retard. Si le calibrage est physique (temps, nombre de volants ou d'échanges déterminés à l'avance), la continuité dans les échanges (régularité) est impressionnante. Le niveau de concentration l'est tout autant bien que l'intégralité de la séance se fasse avec une musique entraînante.

Ce que nous retrouverons souvent dans cette séance et ce qui caractérise l'entraînement danois :

- utilisation de la musique,
- niveau de concentration élevé, rigueur dans la mise en place des séquences
- régularité dans les coups produits grâce à cette concentration mais aussi à une technique développée très jeune qui leur permet de maîtriser tous les coups très tôt,
- niveau athlétique élevé notamment chez les filles
- rôle de relanceur très professionnel qui cherche à maintenir celui qui travaille dans l'intensité
- 2 contre 1 très souvent utilisé pour créer le décalage optimal
- importance accordée à la qualité technique des appuis, à la fixation dans presque chaque frappe et dans la technique de frappe en général (tout ceci étant induit par la situation mise en place plus que par l'intervention de l'entraîneur ; mais les danois considèrent qu'à cette âge là, la technique est déjà assimilée...)

Jeudi 23 novembre

Entraînement à Gentofte par Peter Gade

8 joueurs U15/U17 (dont les frères Eipe) sous la houlette de ce joueur emblématique devenu entraîneur dans le cadre d'un programme jeune mis en place par la fédération danoise en partenariat avec la ville de Copenhague...

Si on peut remarquer à certains moments que Gade transmet ses habitudes de joueur (exemple du contre amorti croisé avec beaucoup de flexion/extension du poignet), il n'en reste pas moins que la coutume danoise d'entraînement persiste : 2 contre 1, travail de la fixation en main haute (secteur qui fait défaut aux joueurs français en général) sur alternance de dégagements droits et slices avec une régularité et une concentration optimales.

En terme de disponibilité de la tête de



raquette, de coude libre, ce que j'appelle le développement constant de la « tête chercheuse », l'observation révèle de façon flagrante des attitudes et des enchaînements entre les frappes bourrées d'intentions d'anticiper la trajectoire du volant suivant.

La solidité des appuis est recherchée pour maintenir les équilibres, renforcer les poussées et garder une réactivité maximale.

Enfin, le mental des danois nous a semblé en décalage avec certains signes d'instabilité plus habituels chez nous. Pour exemple, cette joueuse très athlétique produisant des trajectoires très rapides efficaces mais qui voulait absolument progresser sur des trajectoires masquées plus lentes pour agrandir l'avant du terrain adverse et changer les rythmes : en situation d'échec (relatif !), nous avons pu observer un début de frustration suivi d'une reconcentration presque immédiate pour repartir à l'assaut de son objectif de séance, demander à Peter Gade de la conseiller en lui expliquant ce qu'elle cherchait à faire pour finalement produire une séance pleine. Car c'est cela qui est marquant : la qualité de l'engagement mental et physique.

En fin de séance, Peter Gade nous a accordé un petit temps de discussion (et de poses photos !) dans lequel il nous a livré sa philosophie de l'entraînement : travailler dur et s'adapter aux besoins des joueurs. Il nous dit également qu'il ne tient pas compte des compétitions pour la programmation de son entraînement, visant ainsi un développement des joueurs sur le long terme.

Entretien avec Nadia Lydych (Greve)

Nadia nous dit qu'avec les 1200 adhérents (cotisation entre 250 et 300€/an comprenant les séances collectives et les volants pour les jeunes) elle doit faire vivre plusieurs petits clubs qui constituent eux mêmes le club : les jeunes, les élites, les séniors, les vétérans...

C'est un challenge de travailler ensemble et la philosophie qui est insufflée construit des entraides entre ces « petits clubs » et entre les membres du club.

Par exemple, les jeunes du groupe U17 vont aller encadrer des séances pour les U11 : il s'agit de « rendre au club ce qu'on reçoit », notion très importante dans le fonctionnement des clubs danois. Ce club vieux de 75 ans axe la pratique de ses adhérents sur le plaisir : ainsi les U9 débutants viennent avec leur parents sur un créneau réservé pour eux le samedi matin. Les parents leur apprennent à servir et à échanger des volants...pour le plaisir de partager un moment avec eux. Mais ils n'entraînent pas : c'est le rôle de l'entraîneur !

Le club a 300 jeunes de U19 à U9. Il y a des créneaux organisés par âge et pour les U12/U9 par exemple, il y a 3 niveaux dans 3 créneaux différents.

Globalement, Nadia nous dit que la technique est le premier apprentissage et que la tactique vient après. Pour eux, il ne sert à rien de parler réellement de tactique si les bases techniques ne sont pas acquises. Par rapport à la France, il est toutefois évident que les jeunes voyant des champions régulièrement dans leur salle (les joueurs élites - du centre national par exemple - sont tenus de venir s'entraîner au club au moins une fois par semaine), nous pouvons penser que cela facilite grandement l'intégration des notions tactiques à la technique.

Pas vraiment de système de détection : l'œil du maquignon sert à identifier les potentiels et dans ce registre, l'observation de la qualité de slice et la précision du timing dans les frappes sont des bons indicateurs...

Nadia nous indique également que la coordination et les qualités de mobilité étaient bien abordées à l'école mais que cela change actuellement, ce qui les oblige à le mettre en place dans le club. Pas de terrain avec des dimensions adaptées pour les petits car c'est important de savoir pousser fort avec les jambes et l'utilisation d'un espace arrière avec un volume important permet de développer l'appréhension de l'espace arrière mais aussi l'acquisition de différents rythmes de frappes. Ensuite c'est l'entraîneur qui se charge d'adapter les conditions de jeu ou les situations pour favoriser la vitesse et les changements de prise quand il veut les travailler. Mais tous les créneaux sont encadrés (10 entraîneurs dont 3 temps plein)...ce qui facilite les remédiations afin que les jeunes acquièrent ces qualités de vitesse.

Fidelle træningstider 2013/2014

Tid	Mandag			Tirsdag			Onsdag			Torsdag			Fredag			Søndag	
	Mar 1	Mar 2	Mar 3	Mar 1	Mar 2	Mar 3	Mar 1	Mar 2	Mar 3	Mar 1	Mar 2	Mar 3	Mar 1	Mar 2	Mar 3	Mar 1	
17:00																	
18:00																	
19:00																	
20:00																	
21:00																	
22:00																	

Les poussins ont 3 séances d'1h30 par semaine, les benjamins 4 (voir ci-dessus). Ils bénéficient d'un système de compétitions avec plusieurs niveaux pour les compétitions individuelles qui se déroulent tous les week-ends (Elite, Master, A, B, C et D) et une fois par quinzaine il y a une rencontre interclubs jeunes. Ainsi les jeunes joueurs jouent tous les week-ends, ce qui constitue un élément à prendre en compte lorsqu'on évalue leur volume d'entraînement : du coup, c'est 4 ou 5 impacts par semaine, sans compter les séances individuelles payantes qu'ils ont la possibilité de se rajouter en sollicitant certains entraîneurs du club (35 à 40€ l'heure). Inutile de préciser que la qualité de l'opposition en tournoi est très dense et que tous les matchs sont âprement disputés.

Contrairement à ce que nous pensions, la structure appartient à la ville. Mais l'utilisation est presque totalement badminton avec un club house proposant un service de restauration, un espace de vente de matériel de badminton et des créneaux réservés exclusivement à notre activité. Le club loue les locaux.

A noter que nous avons pu voir un créneau de « motionists », c'est à dire des personnes âgées qui louent un court à l'année 1 heure par semaine (3000 couronnes, soit environ 400€) pour « bouger ». Entre 70 et 85 ans, tous en matchs de doubles, ce public totalement inhabituel en France avait l'air de bien s'amuser ! Voir la photo ci-contre.

Pendant ce temps, les U11 terminent l'école à 13h et les U17/U15/U13 à 15h. Tous les entraînements jeunes sont terminés à 17 ou 18h et ensuite les créneaux adultes prennent le relais jusqu'à 19 ou 20h (voir planning ci-dessus).



Cet avantage sur le France est énorme et tout comme la géographie qui permet de faire des tournois tous les week-ends à 30 minutes de chez soi, il est des éléments structurels sur lesquels nous n'avons que peu de prise. Il faut compenser avec le reste !!

Enfin, le club de Grève développe un partenariat avec le club voisin de Solrod pour mettre en place des entraînements communs. Objectif gagant/gagnant avec ce partage d'expériences...

Visite de la nouvelle salle de Solrod et entretien avec Preben Noorgaard

Preben nous fait visiter la nouvelle salle du club financée par l'entreprise de télécommunications TDC qui sponsorise le club et qui a investi 10 millions pour transformer l'ancien bâtiment de l'entreprise en salle de badminton spécialisée (7 courts) agrémentée de vestiaires/douches immenses, d'une salle de musculation très complète et d'une salle de réunion. Il est prévu de compléter cette installation avec une salle de 5 terrains. Bref des moyens mis à disposition du badminton qui font rêver.

Preben est le seul entraîneur salarié (à temps plein) du club. Les joueurs ont entre 5 et 7 séances de badminton encadrées. Comme le groupe est de 20 joueurs, il constitue des sous groupes. A ces séances s'ajoutent les séances individuelles que s'ajoutent tous les joueurs en utilisant ses services (35€/h). Sur le plan de la préparation physique, les U13/U15 ont 1 ou 2 séances par semaine tandis que les U17/U19 en ont 2 ou 3.

Scolairement, les horaires sont aménagés grâce à la constitution de classes sportives :ils rajoutent des années d'étude pour obtenir des semaines allégées (15-20h / semaine) et des emplois du temps très flexibles.

Preben nous dit qu'il suit les préconisations fédérales comme la plupart des clubs et qu'il travaille en collaboration avec la fédération danoise, et comme la plupart des clubs, les « top coachs » entraînent les jeunes pour leur apporter de bonnes bases. Il nous indique en ce qui concerne les bases techniques qu'il utilise youtube pour montrer aux joueurs les fondamentaux à mettre en place.

Pour lui, et contrairement à Nadia, il pense que le fait de faire des tournois tous les week-ends constitue un handicap pour les joueurs.

Son opinion sur le simple dame : la vitesse de jeu fera la différence dans les années à venir. Il s'agit de prendre les volants très tôt derrière (sauter) de faire un travail des doigts sur l'avant du court pour obtenir un changement de grip facile et pour ça il préconise de muscler les doigts, l'avant bras et la main. Ce travail doit se faire à 9 ou 10 ans car ensuite, c'est trop tard pour le développer.

En ce qui concerne la formation, il affirme que les bases techniques sont dans le livre fédéral et que pour le reste, il s'agit de développer l'expérience, notamment en regardant du bad !

Entraînement U9/U11 à Grève

Environ 16 joueurs U11 dont 2 U9. C'est le groupe 1 du club (pour ces âges, il y a 3 groupes de niveaux). L'entraîneur est un ancien entraîneur national senior de la suisse (Allan).

Technique de déplacement dès l'échauffement puis travail sur le slice que nous retrouvons décidément souvent chez les jeunes.

Ces jeunes s'entraînent 3 fois par semaine avec cet entraîneur (l'adhésion de 250 à 300€ - 2000 Kr - comprend ces entraînements et aussi les volants) et rajoutent une séance individuelle d'1 heure en plus (40€/h). Ils ont des stages pendant les vacances d'une semaine où ils font tout dans le gymnase (dorment, mangent, s'entraînent).

Ils jouent tous les week-ends en compétition. Les inscriptions aux compétitions individuelles coûtent 20€ en simple et 15€ en doubles. Les volants sont fournis.

Pour information, le niveau de vie est environ 20% plus élevé au Danemark (par rapport à la France) et le revenu disponible par habitant est 32% plus élevé qu'en France (http://www.insee.fr/fr/themes/tableau.asp?reg_id=98&ref_id=CMPTEF04264).

Entraînement à Vaerlose (U13 d'un côté et U15/U17 de l'autre)

Les français étaient dispatchés dans les 2 groupes. Les U13 ont fait de la technique de déplacement avant, des slices et des matchs tandis que les U15/U17 ont fait du 2 contre 1, du multi-volants (30 volants sur 4 coins enchaînés avec 12 volants sur l'avant du court) et des matchs. A nouveau une belle opposition, de l'exigence technique et des situations simples mais qui induisent beaucoup d'engagement.

Entraînement senior à Vaerlose

Avec entre autres Tine Baun... Pas bien observé car nous faisons un débriefing en même temps dans le club house. Cependant, les mêmes thèmes reviennent : 2 contre 1, jeu sous pression, vitesse recherchée, etc..

Les meilleurs jeunes sont dans le groupe.

Vendredi 24 novembre

Entraînement au centre national

Kenneth Jonassen (champion d'Europe 2008 en SH) maintenant entraîneur au centre national à Brøndby avait prévu une séance physique intégrée avec Boe/Mogensen (vice champions olympiques à Londres en 2012, n°1 mondiaux jusqu'en juin 2013), Fischer Nielsen (bronze aux JO 2012), Roepke/Kruse (23ème mondiales en DD), Fladberg, Nohr, Madsen (n°1 danoise junior en SD). Pas grand monde donc, puisque l'Open de Hong Kong se déroulait en même temps... ☺

La séance (détail sur la photo ci-contre) était basé sur un 15/15 ou 20/20 sur le terrain avec tantôt des exercices imposés (smashes, attaques sur tout le court, défenses, arrière du court, pousser et intercepter, ...) et tantôt des exercices choisis complètement par les joueurs. On remarque ici le souci de rendre les joueurs acteurs en plus de celui d'individualiser, même sur le centre national.

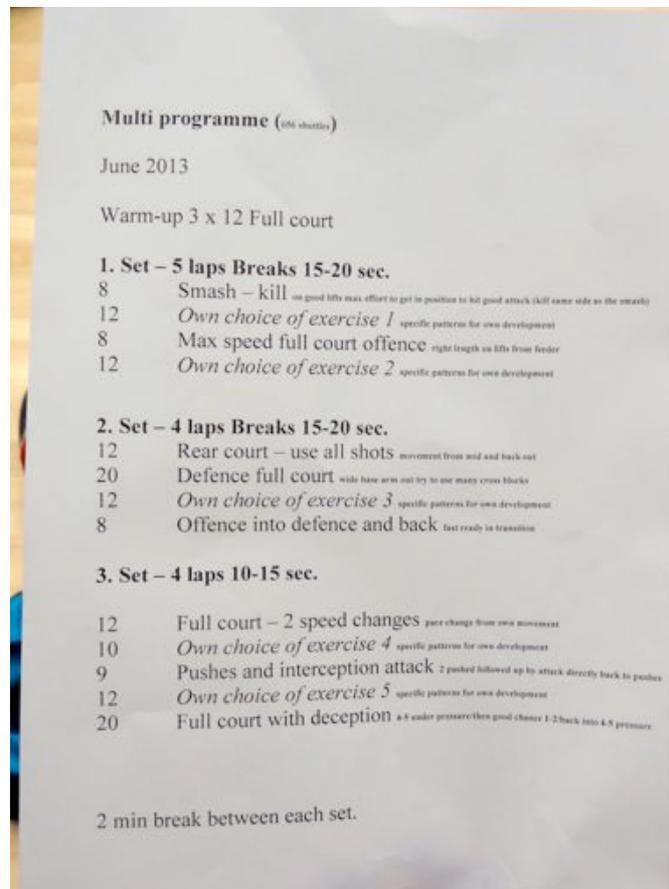
Pour une séance à 9h, les joueurs étaient là à 8h40 pour faire les piles de volants (le programme de multi prévoyait 656 volants par personne).

Après un très rapide échauffement (déverrouillage, montée en température : 2 ou 3 tours de salles !), les joueurs ont poursuivi la mise en route avec un multi 3 fois 12 volants sur tout le court, et ce dès 9h07!

Nous avons pu remarquer le plaisir pris dans cette séance pourtant très exigeante physiquement,

notamment par les 3 stars du plateau (Fischer Nielsen, Boe et Mogensen) : ça chambre, ça rigole...mais ça bosse dur et on retrouve la rigueur et la concentration lors des passages.

Les appuis sont solides (j'ai été impressionné par le travail des pieds de Fischer Nielsen en situation de défense : sans arrêt en train de bouger pour ajuster le placement et rester réactif) et la tête de raquette cherche sans cesse à se placer au bon endroit.





Joaquim Fischer Nielsen relancé par Boe...puis Mogensen



Intervention du DTN danois, Finn Traerup Hansen (par Cyrille Gombrowicz)

Fine a fait une présentation générale du système du haut-niveau danois en badminton.

Les éléments important servant de base à la haute performance sont :

- L'importance du badminton au Danemark comme l'un des sports majeurs : nombre de licenciés (près de 100 000), de clubs, nombre de salles spécifiques ;

- La formation des jeunes joueurs qui se fait localement en club au quotidien avec de nombreux créneaux de pratique dès 14h. Les clubs organisent leur entraînement en permettant aux meilleurs de jouer dans les groupes supérieurs et ce jusqu'avec les adultes. Il existe aussi des rapprochements entre clubs le mercredi après midi. Ces clubs mutualisent ainsi leurs ressources : échanges entre entraîneurs, meilleure opposition etc.

- La formation des jeunes qui se fait aussi au niveau national avec le regroupement de collectifs jeunes de 45 U13, 30 U15, 22 U17, 18 U19. Ces collectifs sont dirigés par un Directeur du Haut Niveau Jeune et conduit par des Entraîneurs Nationaux travaillant partiellement pour la fédération et intervenant aussi en club. Il existe aussi 5 cellules d'entraînement régional ajoutant 2 à 3 entraînements par semaine. Ce maillage permet d'avoir une influence sur la mise en œuvre de la formation des jeunes même si cela demeure complexe en raison de la multitude d'intervenants.

- Le système de compétitions est très dense et cohérent.

Au niveau national :

Les compétitions par équipe (l'interclubs) qui donne une forte motivation au club pour monter un bon projet sportif (format avec 13 matchs).

La classification des tournois individuels par niveau qui apporte des points en fonction des tours passés et du grade du tournoi. Les clubs supportent financièrement les compétitions individuelles.

Les jeunes peuvent jouer ainsi tous les week-ends.

Le programme de compétition international ouvert aux joueurs sélectionnés et notamment le positionnement du Championnat du Monde Junior ouvert seulement aux joueurs qui s'engagent vers plus d'autonomie, s'entraînant avec plus de continuité et aussi plus physiquement.

Enfin le championnat Elite des clubs diffusé sur les chaines payantes et attirant les tops joueurs est aussi un bon tremplin pour les jeunes joueurs futurs membres de l'Equipe Nationale. C'est un moment d'expérience de la pression d'un évènement médiatique.

Les joueurs mettent en concurrence les clubs. C'est à qui offrira le plus, notamment pour payer les tournois individuels. Plus l'argent est présent plus le sentiment d'appartenance au club est difficile à maintenir.

- La production de document pour la formation à long terme du joueur :

Que faut-il entraîner ? Quand ? Dans quel ordre ? Comment ? En quelle quantité ?

Il s'agit de principes qui donnent les bases pour un plan structuré d'entraînement. Les programmes détaillés ne sont pas donnés dans les clubs. Ils restent de l'initiative des entraîneurs de club. Il existe aussi des « clubs éducateurs » où la compétence est importante, les échanges entre clubs permettent la diffusion de ces compétences.

- La formation des entraîneurs (sujet non développé) :

(Ce qui saute aux yeux c'est l'expérience et la possibilité de la partager par des temps d'action en commun. Les Entraîneurs Nationaux sont aussi des entraîneurs de club, les joueurs sont en centre mais reviennent aussi en club etc..)

- Au-delà des jeunes, l'organisation des joueurs en collectifs :

Une voie rapide : les 16-18 meilleurs venant des U17 et U19 ; Les 12 meilleurs U23 (Fladberg, Kjaerfledt) ; le groupe élite pour des performances mondiales (Boe, Jorgensen, Rytter-Juhl etc..)

Une voie plus lente : les jeunes U19 ou U17 non sélectionnés dans les 16 meilleurs, ECB groupe (les joueurs de ce groupe paient pour venir s'entraîner au Centre National), le groupe sous le groupe Elite, ayant plus de 23 ans (Hold VM groupe) (ex : Kolding)

- Un Centre National fonctionnant prioritairement avec des joueurs bien identifiés (30 à 36 joueurs) : les meilleurs du pays, plus les meilleurs jeunes talents ; Ouvert aussi à des joueurs de second rang (ECB) ; avec un Directeur du haut-niveau, plus 4 Entraîneurs Nationaux, plus un spécialiste de la vidéo ;

L'entraîneur U19 vient aussi faire des séances au Centre National. La volonté est de ne pas isoler ce Centre National mais de l'ouvrir aux différents entraîneurs intervenant dans la formation du parcours national du joueur. Un crédo : plus de travail ensemble, plus de volonté d'échanges.

- Une direction de l'équipe d'entraîneurs :

Réunion hebdomadaire où seront abordés : les principes, les programmes, les sélections, les questions des joueurs, la coordination.

Le fonctionnement est le suivant : échange mais décision finale argumentée de celui qui a la responsabilité.

Le Directeur assure le lien avec le niveau politique.

- 2 commissions pour l'orientation des joueurs : quel projet, quelle discipline, quel groupe d'appartenance ?

1 pour décider des joueurs acceptés au Centre National (le directeur + les entraîneurs nationaux) (ex Kjaersfeldt : choix du simple dame pour 2 ans), 1 pour le projet de haut niveau jeune (Bo + les EN jeunes) qui propose les entrées au Centre National et l'évolution du joueur au sein du projet jeune.

Intervention de Bo Omosgaard, directeur du haut-niveau jeune (structuration élite jeune)

Bo commence par nous dire que la fédération danoise de badminton compte 95000 adhérents (300000 avec les pratiquants non affiliés) et 560 clubs (dont 10 à 20 clubs atteignent les 1000 membres).

15000 jeunes licenciés sont des compétiteurs.

6 centres régionaux (centres non permanents qui proposent de rajouter au joueurs entre 1 et 3 séances hebdomadaires) sont en place et 2 centres nationaux fonctionnent pour l'élite, même si celui de Brøndby développe une activité de haut niveau beaucoup plus que celui d'Aarhus.

120 jeunes joueurs élites se répartissent ainsi dans les catégories d'âge : 45 U13, 35 U15, 22 U17 et 18 U19.

L'entraînement s'organise autour des joueurs et ainsi, 1 joueur fait régulièrement partie de 5 groupes d'entraînement ce qui représente 10 entraîneurs différents. Bo ne nous cache pas que cela engendre des difficultés de coordination et de communication et qu'il manque un coach principal pour chaque joueur.

Un même joueur peut participer à plusieurs groupes d'entraînement pour son club, puis il peut faire partie du « talent development center » mais aussi de la fédération danoise. Le souci est qu'il ne peut pas imposer un programme d'entraînement et de compétitions aux clubs.

5 coachs nationaux à temps partiels (45 jours par an environ) oeuvrent pour la fédération danoise (1 sur les U13, 2 sur les U15 et 1 sur les U17).

Les critères de sélection pour intégrer le groupe des 120 jeunes joueurs élites sont des critères basés uniquement sur le potentiel : « cela déclenche d'énormes problèmes mais c'est ce que nous avons décidé de faire » nous rapporte Bo.

Les critères sont les suivants :

- Niveau de motivation intrinsèque
- Coordination, habiletés techniques
- Disposer des qualités mentales pour s'entraîner dur
- Posséder des aptitudes à mener un projet de vie (école, social, sport)
- Présenter une bonne vitesse d'apprentissage (sur le long terme)

Ensuite, Bo nous présente son analyse pour nous expliquer comment fait le Danemark pour rivaliser avec la Chine alors que tout porte à penser que ce n'est pas possible. Par exemple, les chinois sont 1,3 milliards alors que les danois sont 5,5 millions d'habitants. Ou encore, les chinois atteignent les 10000 heures d'entraînement indispensables pour arriver à haut niveau à l'âge de 18 ans alors que les danois atteignent ce quota horaire à 26 ans.

Il dresse ensuite sa notation de différentes qualités utiles pour devenir un champion de badminton :

Qualités (notées /5)	Panel de coups	Technique de frappe	Technique de déplacement	vitesse	VO2 max	Force	Tactique	Mental
Chine (et Asie en général)	4	4	4	5	4	4	4	3
Danemark	4	3	1	2	3	2	4	2

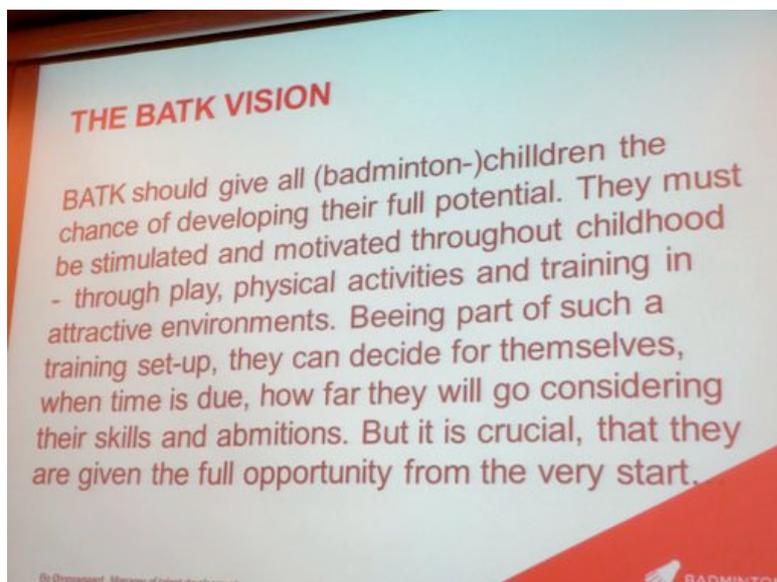
Il ne sait pas comment c'est possible mais une fois de temps en temps, le danemark rivalise avec l'Asie malgré tout !

Voici les recommandations diffusées par la fédération danoise (BD : Badminton Danmark) en ce qui concerne l'entraînement des jeunes :

BD elite groups – Training criteria

	U13	U15	U17.1	U17.2	U19	BD youth elite groups (excl. 17,1)	WJC
Prerequisite/recommendation	Rekommandation	Rekommandation	Prerequisite	Prerequisite	Prerequisite	Prerequisite	Prerequisite
On court training	3 x 1,5 h	3 x 1,5 h	4 x 1,5 h	4 x 2 h	4 x 2 h	4 x 2 h	5 x 2 h
Individualized	1 x 1 h	1 x 1,5 h	1 x 1,5 h	1 x 1 h	1 x 1 h	2 x 1 h	2 x 1 h
Aerobic training		2 x 0,5 h	2 x 0,5 h	2 x 0,75 h	2 x 0,75 h	2 x 0,75 h	2 x 0,75 h
Strength training	2 x 0,5 h	2 x 0,75 h	2 x 0,75 h	2 x 0,75 h	2 x 1 h	2 x 1 h	2 x 1 h
Year round		Yes	Yes	Yes	Yes	Yes	Yes
Tournament/training plans			Yes	Yes	Yes	Yes	Yes
Training hours pr. week in total - minimum	6,5 h	8,5 h	10 h	12 h	12,5 h	13,5 h	15,5 h

Pour ce qui est de l'entraînement de la force pour les U13, il s'agit de faire de la prévention des blessures et un travail de placements en limitant les charges et en travaillant techniquement. Ensuite, Bo nous parle du BATK (Badminton Aged-related Training (K)Concept) dont voici la philosophie :



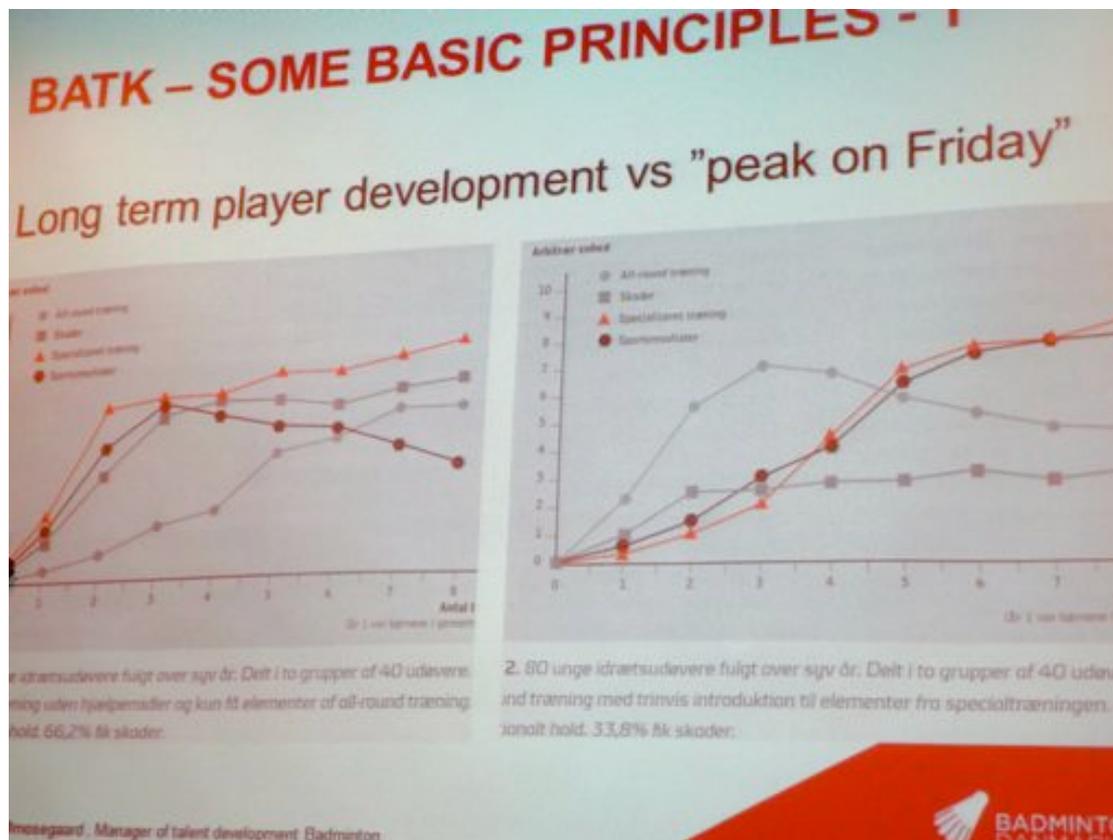
La dernière phrase est peut-être la plus importante : « il est crucial de donner la chance (de développer complètement le potentiel des jeunes) dès le début de l'activité ».

Pour cela, le livre (tout en danois mais gracieusement offert à Cyrille ! On attend la traduction...) BATK propose tout un panel de moyens à mettre en place et d'outils tel que :

- formation des parents

- prise en compte de la personnalité des joueurs : discuter avec eux
- et bien sur tout ce qui touche aux habiletés classiques (mental, physique, technique et tactique)

On peut découvrir un topo sur l'opposition de 2 façons d'entraîner : une sur le long terme et l'autre « sur le court terme avec un entraînement axé sur la préparation des compétitions (« peak on Friday »).



- Légendes : ronds = entraînement général (long terme)
 Carrés = blessures
 Triangles = entraînement spécifique (court terme pour préparer la compétition du week-end)
 Hexagones = résultats sportifs

Les blessures augmentent dès l'âge de 18 ans et au même âge les performances baissent lorsque les jeunes joueurs sont entraînés sur le mode « peak on Friday ».

Avant la puberté (entre 8 et 12 ans), il faut développer les habiletés spécifiques qui vont être utiles pour la technique badminton. Par exemple, Bo nous dit que travailler le revers à 17 ans (après avoir travaillé le coup autour de la tête jusqu'à cet âge là), c'est trop tard.

Pour gagner à 8-12 ans, il faut travailler le dégagement, le lob et le smash. Mais si on veut former des joueurs sur le long terme, et même si cela engendre des fautes dans le jeu, il faut au contraire chercher à élargir le panel des coups (slices, spins, etc..) et développer la capacité à changer de prises de raquette.

La solution pour battre les joueurs grands et puissants, c'est de développer les qualités de raquette.

L'entraînement physique doit commencer 1 an après la puberté (variable en fonction des individus mais la puberté est autour de 12 ans pour les filles et 14 ans pour les garçons).

Entre 5 et 12 ans, il s'agit de développer des compétences générales de coordination et entre 9 et 15 ans les compétences « badminton » absolument.

Ensuite il nous transmet un message de qualité d'adaptation qui doit passer auprès des jeunes : il leur faut travailler l'adaptation à la salle, aux adversaires, aux conditions de jeu, etc.. Les joueurs doivent jouer des tournois où ils sont favoris (gagner quand on doit gagner), des tournois à leur

niveau de jeu et aussi des tournois où le niveau est très élevé. Les adaptations ne sont pas forcément les mêmes...

Enfin, sur les 15 joueurs danois qui ont obtenus des médailles sur le JO ou championnats du monde (les 15 meilleurs danois de tous les temps donc !), il a fait des statistiques qui montrent la part de ces grands champions qui étaient sur les ½ finales du championnat national danois :

- 1 ou 2 joueurs ne sont pas sur les ½ finales du championnat danois en U19
- 30% ne sont pas sur les ½ finales en U17
- 50% en U15
- 70% en U13

Des chiffres intéressants en terme de détection puisqu'ils permettent de voir qu'en benjamin, 70% des joueurs qui seront des top joueurs mondiaux n'apparaissent pas sur les ½ finales.

Samedi 25 novembre

Tournoi national U13 à Solrod

Nous avons vu surtout des matches de DX et quelques simples sur cette matinée.

En simple, les 8 meilleurs sont répartis en 2 poules de 4 pour se qualifier en ½. Les autres sont dans des poules de 3 et le 1^{er} sort en 1/8.

Ce qui frappe, c'est la densité : aucun match facile, la confrontation est élevée dès le début du tournoi avec un niveau de jeu fort et homogène. La dedans, nos 2 mixtes remportent 1 match (21/19 au troisième set) et en perdent 3.

Ce qui frappe encore, c'est que même les plus petits possèdent une excellente qualité technique de déplacement et une bonne force dans les poussées, les blocages et les changements de direction. En terme de frappes, le registre de coups est complet et maîtrisé : slices, reverse-slices, défenses, entrées dans les échanges, jeu au filet, fixations devant ET derrière...

Souvent, les parents coaches (non autorisé entre les points) mais l'ambiance nous a semblé sereine, favorisant ainsi une bonne gestion des émotions.

Mais là où les U13 danois sont très forts, c'est dans le jeu sans volant et dans les intentions : le DX était un excellent support pour ça, constituant sans doute la discipline la plus tactique du badminton. Les placements sont permanents pour s'ajuster aux trajectoires produites, au placement des adversaires, aux options prises et la paire est toujours en mouvement, quelque soit le terrain observé. Constance et variété dans le débuts d'échanges ET enchaînements sur les 3 et 4èmes coups.

Tournoi national U17 à Greve

Avant notre départ, nous avons pu voir en début d'après midi le tournoi U17 dans le club voisin sur des tours de poule du SD et SH. Nos minimes et cadets 1 étaient dans le tournoi. Nous avons retrouvé certains joueurs vu à l'entraînement durant la semaine, dont Eipe vraiment impressionnant.

A nouveau, un niveau de jeu fort et homogène et certains (adversaire de Arnaud Merkle) utilisent déjà les ficelles de joueurs expérimentés (cris plein de défiance à des moments choisis, etc..).

Par rapport aux benjamins, la puissance et la vitesse de jeu sont évidemment supérieures mais techniquement, rien qui n'apparaisse vraiment en plus.

Philippe Georjon

En annexes ci-après, les impressions et éléments de synthèse des stagiaires. Je leur avais suggéré de présenter en premier lieu les éléments qui les avaient marqués particulièrement et ce que cette « immersion » allait changer dans leur quotidien d'entraîneur. Des ressentis à partager dans lesquels vous pourrez piocher des idées ! Merci à eux.

Synthèse de François Aymé

Les éléments les plus marquants

- L'intensité durant les entraînements

- => Les joueurs possèdent une très bonne technique de frappe et de déplacement, ils sont toujours en mouvement, réalisent peu de fautes, le volant vit constamment ;
- => La qualité de la relance est telle que le joueur qui travaille est toujours sous pression. Les relanceurs savent trouver la bonne trajectoire et la bonne vitesse pour rendre l'exercice suffisamment difficile pour leur partenaire ;
- => Les joueurs entre eux savent se challenger, ils sont très...joueurs ;
- => L'ambiance en musique semble dynamiser le groupe, en plus de l'entraîneur qui booste ;
- => La discipline est à noter, chez les plus jeunes et moins jeunes ;

- La densité de joueurs d'un bon niveau

- => Au sein d'un même club, vu un entraînement U11 où 16 joueurs d'un bon niveau étaient présents ;
- => Toujours au sein d'un même club, vu un entraînement avec 25 joueurs Elite/A ;

- Les qualités techniques

- => Durant la compétition du samedi, on a pu voir des jeunes très propres techniquement, dans les frappes et dans le déplacement ;
- => Chez les adultes mais aussi chez les plus jeunes, le volant sort très vite de la raquette. Accélération forte de la tête de raquette sur quasiment tous les types de frappes ;

- L'aspect tactique et le sens du jeu

- => Après observation d'une compétition équivalente à un TNJ, les joueurs ont des intentions ! C'est encore plus visible sur les matchs de double où les joueurs semblaient avoir acquis le placement et différents enchaînements. Ils ont le sens du jeu.
- => La tactique n'est pas une priorité dans la formation des plus jeunes, les entraîneurs se consacrent à la technique de frappe et de déplacement. Les aspects tactiques ne viennent que plus tard.

- La faible présence de coaches lors de la compétition jeune

- => Il semblait que la majorité des adultes assis sur les chaises de coach étaient.... des parents !

- Les poussins, minibad et moins

- => Aucun extra-terrestre en vue ! Les poussins danois sont comme les poussins français !
- => Certains clubs sont structurés de sorte à leur donner au minimum 3 entraînements semaine ;
- => L'objectif des séances minibad n'est pas vraiment d'entraîner les joueurs, mais surtout de leur donner des habitudes, le goût d'être au gymnase et leur permettre de partager un moment convivial ;

- L'enchaînement des compétitions

- => En plus du volume d'entraînement vient s'ajouter le volume de compétition, qui permet aux joueurs de jouer quasiment tous les week-ends des matchs de forte intensité.

Ce qu'il est possible de réinvestir

- Augmenter le degré d'exigence à l'entraînement pour certains groupes de joueurs ;
- Sensibiliser les joueurs sur l'importance de la relance et de la coopération avec ses partenaires d'entraînement ;
- Privilégier les situations jouées ;
- Augmenter le volume horaire d'entraînement ;
- Proposer un volume horaire plus important aux poussins, à des horaires adaptés. Réussir à sensibiliser les parents sur l'intérêt d'une telle pratique...

Synthèse de Arnaud Hingant

J'ai essayé de hiérarchiser ma présentation en 3 thèmes (Structuration, Entraînement et Formation) et de mettre dans chaque partie les éléments qui vont me faire réfléchir sur ma pratique de Cadre Technique et d'Agent de Développement au sein de mon Comité Départemental.

Structuration

Pour commencer par rapport aux entretiens que nous avons eu avec différents acteurs (Top coach et DTN) je trouve qu'au niveau de la structuration fédérale (structures, pôles, collectifs,...) il n'y a pas de différence notable qui peuvent expliquer les différences de résultats. Par contre la structuration et le mode de fonctionnement des clubs (comme pilier du Badminton Danois) est elle différente de la majorité des clubs français.

On doit d'abord noter des différences de structuration qui dépassent le cadre du badminton et qui ne peuvent être comblées seulement par une volonté fédérale mais qui ont une influence importante sur la structuration de ces clubs :

- Les jeunes terminent l'école en début d'après midi (12h30 pour les plus petits, puis 15h pour les plus grands). Ce qui permet aux clubs qui le peuvent de proposer un entraînement (entre 1h30 et 2h) par jour pour chaque catégorie car les joueurs sont disponibles toute l'après midi. Seul de travail par classe sportive peut nous permettre de proposer des volumes équivalent pour les jeunes à mon sens.
- Les équipements sportifs (communaux) sont conçus pour permettre un travail dans de bonnes voir d'excellentes conditions. Ils permettent le mélange de sportifs de plusieurs disciplines et donc des transferts entre les différentes activités. Complexe sportif regroupant plusieurs salles, (notamment spécifiques Badminton avec 6 ou 7 terrains) (l'espace n'est pas un souci au Danemark !) soit potentiellement une vingtaine de terrains de Badminton. De plus une cafétéria permet aux personnes de travailler (wifi) et/ou de se restaurer sur place. Donc tout est fait pour garder les personnes dans ces complexes sportifs.

Ensuite toujours au niveau de la structuration des clubs danois il y a des éléments qui peuvent je pense nous servir de modèle pour structurer nos clubs en France.

- La coopération et l'entraide semblent être une philosophie pour les Danois. Ainsi pour exemple les créneaux d'entraînement s'enchaînent et beaucoup de joueurs arrivent plus tôt que leur propre entraînement pour faire des matchs avec les jeunes du créneau précédent et permettre une opposition plus importante aux plus jeunes pour les faire progresser.

Toujours dans cet état d'esprit, le club étant conçu comme structure centrale du Badminton Danois on retrouve les meilleurs joueurs pour les entraînements adultes dans les clubs. Ce qui permet une qualité d'opposition maximale dans les clubs mais aussi de faire en sorte que les plus jeunes puissent côtoyer et même jouer avec des joueurs ou joueuses de niveau mondial. Ex Tine BAUN qui vient s'entraîner dans son club sur le créneau Adultes du vendredi soir.

Je note aussi qu'au niveau de l'organisation des entraînements on retrouve dans beaucoup de clubs des joueurs ou joueuses (beaucoup de joueuses d'ailleurs) de l'équipe 1 comme entraîneur sur les créneaux jeunes. Et si ce n'est pas le cas c'est parce que c'est un Head coach (considérés comme les meilleurs entraîneurs) qui entraîne. Dans leur idée les meilleurs entraîneurs s'occupent des plus jeunes pour leur donner les meilleures bases possibles pour progresser. Les meilleurs joueurs du club eux donnent de leur temps pour aider le club (entraînement, coaching en compétition ou autre choses du même genre (ex : ROEPKE qui s'est entraînée au centre national de BRONDBY le vendredi matin et qui le samedi matin coachait les jeunes de son club sur la compétition élite jeune).

Enfin en ce qui concerne les compétitions, les joueurs peuvent jouer tous les week-ends des compétitions où le niveau est très homogène car il y a de la qualité technique chez tous les joueurs. Il n'y a donc jamais de match facile. Il faut faire en sorte de multiplier les possibilités de compétitions en France et trouver des formules qui permettent cette homogénéité.

Entraînement

Au niveau de la façon dont se déroulent les entraînements là encore il y a des éléments qui m'ont interpellés et qui peuvent servir à élever le niveau général des joueurs que nous avons sur nos créneaux.

- Pour commencer j'ai noté que sur tous les entraînements que nous avons suivis les notions de qualité, d'attention et d'implication sont systématiquement présentes. En sachant néanmoins que nous n'avons suivi que des entraînements des meilleurs joueurs des clubs dans les différentes catégories, ce qui forcément implique plus de sérieux et d'engagement de la part des joueurs. Toutefois je note que même s'il règne à chaque fois une ambiance décontractée ou rigolades et rires ont toute leur place, le sérieux et l'investissement (physique et mental) sur chaque situation se ressent et c'est une impression de qualité de travail sur chaque entraînement qui en ressort. A nous de travailler pour développer une culture de Haut Niveau en France (avec des modèles comme P.GADE réputé très travailleur) et d'impulser une telle dynamique sur nos entraînements regroupant nos meilleurs potentiels. Le travail passe par les plus petits.

- L'implication physique et la concentration des jeunes notamment sont entretenues par la mise en place de musique adaptée à la demande énergétique de la séance ou des situations. Puis la musique permet un travail sur la notion de rythme. C'est un outil intéressant qu'il faut développer.

- Le travail est énormément axé sur les bases techniques chez les plus jeunes (jusqu'en benjamin). Par exemple sur la séance U11/U12 des clubs de GREVE et SOLROD que nous avons suivi les jeunes ont passé 45 minutes en début de séance sur le travail des appuis et de déplacement. Leur priorité est d'apporter des bases techniques solides dès le plus jeune âge pour permettre l'accès vers le haut niveau. Le corrélaire de cela est que les jeunes peuvent tout apprendre très tôt, il ne faut pas hésiter !

- Autre point : la qualité de distribution des joueurs faisant office de partenaires d'entraînement sur des situations de multivolant, et cette notion de coopération qui font que les relanceurs ou les distributeurs se mettent réellement au service des joueurs qui travaillent. Si cela peut paraître normal au centre national de BRONDBY c'est d'autant plus impressionnant sur des séances avec des poussins ou des benjamins. De plus nous avons régulièrement vu des joueurs s'arrêter pour demander au distributeur de changer sa façon de distribuer pour se mettre plus en difficulté. Les joueurs ne se laissent pas tomber dans la facilité. Choses que l'on ne retrouve pas systématiquement dans nos entraînements.

- Enfin je retiens cette initiative de regroupement des meilleurs jeunes de 2 clubs voisins (GREVE et SOLROD) avec les 2 tops coachs présents. Lorsque l'on demande à Nadya comment cela s'est fait, elle nous répond que c'est quelque chose de logique dans son esprit puisqu'on recherche la meilleure opposition possible pour les joueurs et que cela permet en plus aux coachs de faire des échanges d'expériences qui vont profiter aux joueurs par la suite. C'est tout un état d'esprit qu'il faut développer chez nous pour faire en sorte que les clubs travaillent plus souvent ensemble et ne se voient pas comme des entités concurrentes qui peuvent se « piquer » des joueurs.

Formation

Nous n'avons pas abordé très en détail les mécanismes de formation des entraîneurs au Danemark par manque de temps lors des différents entretiens (ce peut être un bon axe de travail pour les futurs immersions). Néanmoins je retiens deux points importants.

La qualité des entraînements passe par une connaissance approfondie des entraîneurs sur tous les domaines de la performance. La fédération danoise diffuse des outils pour permettre aux entraîneurs de s'appuyer sur des connaissances de bases utiles pour le développement des qualités nécessaires à Haut Niveau. Puis selon Preben les coachs Danois doivent regarder beaucoup de vidéos ou de matchs de badminton et à tous les niveaux possibles (des U9 aux séniors Internationaux) pour permettre d'analyser des bons gestes, les bonnes pratiques s'ils veulent être de bons coachs. Il faut donc diffuser le plus largement possible cette culture de l'entraînement chez nous.

Enfin les meilleurs entraîneurs entraînent aussi les petites catégories. C'est essentiel pour appréhender les problèmes liés au développement d'un joueur dans son ensemble. Et cela permet aux autres entraîneurs de se former au contact de ses Top Coachs au quotidien. Il faut donc permettre aux jeunes entraîneurs de côtoyer régulièrement des entraîneurs expérimentés pour que la formation continue soit de qualité.

Pour terminer je tiens à remercier les membres de la DTN à la FFbAD pour m'avoir permis de profiter de cette immersion que je recommande à toute personne impliquée dans le développement du badminton en France.

Synthèse de Philippe Reynaert

Je remercie sincèrement la fédération Française de badminton pour m'avoir permis d'effectuer cette formation au Danemark et de vivre une expérience unique.

PREAMBULE

Cette formation a été pour moi l'occasion de découvrir le fonctionnement et les différents aspects du badminton danois qui domine le badminton européen. J'ai en effet eu la chance d'entrer dans le cœur du système danois en entrant directement en contact avec les clubs et les différentes structures répondant ainsi à toutes les questions que des milliers de badistes se posent : « mais comment font les danois pour atteindre le top niveau mondial ? ».

Ce stage m'a apporté des réponses en me permettant d'analyser la situation danoise et de la comparer avec la situation française : du contenu à transmettre aux différents acteurs du badminton français tels que clubs, comités et ligues !

J'ai aussi pu voir ma capacité à analyser les problèmes et mesurer la quantité de travail à accomplir.

Cela m'a permis de comprendre comment atteindre le meilleur niveau surtout chez les jeunes.

Mais les tâches restent complexes car le Danemark n'est pas la France.

Le système éducatif Danois

Au Danemark, les vacances d'été sont courtes : environ six semaines, contre neuf en France. De ce fait les enfants danois ont des rythmes scolaires différents. En effet les élèves ont cours le matin et disposent ainsi de toute l'après-midi pour s'organiser entre leurs entraînements et les devoirs et ceci tous les jours de la semaine.

J'ai donc pu remarquer durant les divers entraînements plusieurs points positifs lié à cela :

- Des enfants moins fatigués
- Une disponibilité entière dans l'activité
- Une certaine énergie dans leur entraînement
- Un respect vis-à-vis des entraîneurs et de leurs contenus
- Une envie de progresser à chaque instant
- Une passion pour le badminton (très souvent polo avec leur nom et le pays)

Les structures danoises

Les Danois aiment le sport et ce qui frappe d'entrée, c'est le nombre de personnes qui se déplacent à vélo n'hésitant pas à faire plusieurs dizaines de kilomètres pour se rendre à un endroit. De ce fait, j'ai vu beaucoup d'enfants arriver en vélo pour se rendre dans le lieu d'entraînement. On se rend contre très vite que la politique actuelle du Danemark met tout en œuvre pour développer la pratique sportive et crée des structures (gymnases) très performantes. En effet les gymnases sont parfois complètement dédiés au badminton avec très souvent en annexe une cafeteria très pratique pour se restaurer sur place ou pour échanger /discuter autour d'un café tout en regardant par les hublots les smashes ravageurs des futures stars du badminton. Il est clair que ce pays dispose de nombreux hectares encore inutilisés et qu'un gymnase peut surgir d'une année sur l'autre dans l'une des nombreuses banlieues de Copenhague. J'ai eu l'impression que les créneaux ou les lieux d'entraînements n'étaient pas un problème pour eux et que chaque club y trouvait son compte.

De surcroît, il est tout à fait possible de louer un terrain de badminton ou pourquoi pas un prof pour un cours particulier.....

La pédagogie danoise

Dès mon premier contact avec un entraînement jeune j'ai été agréablement surpris par l'ambiance très joyeuse qui y régnait. D'entrée, la musique soutient le dynamisme et sert de moteur.

En effet les déplacements et reprises d'appuis souvent fastidieux sont mis en valeur grâce au rythme de la musique. J'avais l'impression d'assister à une danse très synchronisée et de voir tous ses jeunes adhérer avec beaucoup d'énergie m'a complètement emballé.

Durant les divers entraînements, les enfants sont vraiment acteurs de leur évolution et n'hésitent pas à distribuer eux-mêmes les volants. Il faut dire qu'ils peuvent s'entraîner plusieurs fois dans la semaine et pour certains tous les jours.

L'objectif est clair au Danemark, un benjamin 2 doit savoir maîtriser tous les coups techniques du badminton avec un déplacement hyper-performant et lors d'une compétition du top 8 benjamin, je me suis rendu compte que le résultat était bien au rendez-vous. Il n'y avait pas un Popov dans la salle mais bien une dizaine capables de rivaliser avec notre représentant national. C'est d'ailleurs leur énorme potentiel de jeunes joueurs qui m'a le plus impressionné, c'est pratiquement une équipe de France jeunes dans chaque club.

Pour la suite les entraînements des plus grands et adultes étaient plus basés sur la vitesse de jeu (souvent 1 contre 2) sur un rythme très élevé, surveillé et maîtrisé par l'entraîneur.

Il n'est pas rare de croiser sur les terrains d'entraînement un médaillé Olympique ou un champion du monde c'est toujours motivant !

Compétitions

Les compétitions ont une grande importance au Danemark, les jeunes jouent pratiquement tous les week-ends avec en alternance tournois et interclubs jeunes.

Rien n'est laissé au hasard et chacun joue dans son niveau réel. Je prends comme exemple la compétition que j'ai vue sur place.

Mise en place de TOP 8 (TOP 8 A, TOP 8 B.....) avec 2 poules de 4 pour qu'il y ait un maximum de matches équilibrés, ce qui n'est pas le cas chez nous où lors d'un TNJ un jeune peut ne faire qu'un match durant les 3 jours de compétition et attendre la fin du tournoi patiemment dans les gradins.

D'entrée le niveau est très fort et demande un engagement entier du joueur sur chaque match.

La superficie aidant, le regroupement des meilleurs peut se faire pratiquement tous les week-ends.

Ceci est une force pour le Danemark et le niveau de jeu s'élève très rapidement. Cela ressemble finalement à un top élite mis en place par Christophe mais qui doit être répété plusieurs fois dans l'année.

Le tournoi ressemble de près aux tournois français mais avec moins de restrictions tant au niveau de l'organisation (j'ai cherché en vain un juge arbitre...) que sur le temps d'attente des joueurs (dès qu'un match se termine il n'est pas rare de voir 4 danois envahir le terrain pour taper des volants et se retirer très rapidement lors de l'annonce du match suivant). Bonne ambiance malgré l'enjeu et finalement une certaine décontraction générale dans la salle.

Conclusion

Le Danemark est vraiment une nation dotée d'une culture sportive et d'un engouement pour le badminton qui ne sont plus à démontrer. Il y a trop de paramètres pour que la France arrive au même niveau que le Danemark. Toutefois nos petits français rivalisent parfois et ne semblent pas si loin du niveau danois actuel. La qualité d'entraînement dans les écoles de badminton françaises doit y être pour quelque chose.

Il manque certainement une amplitude d'entraînement au quotidien, quelques aménagements des plages horaires dans les clubs pour donner la possibilité aux meilleurs éléments de s'entraîner plusieurs fois par semaine. Une approche pédagogique un peu plus professionnelle, un développement des compétitions nationales plus rentable.

Je suis revenu de la planète badminton avec plus de force et de motivation et je vais tenter de diffuser le plus largement possible que chez nous on peut aussi atteindre un haut niveau de performance.

Synthèse de Pierre Marie Baudouin

Ce qui m'a marqué

L'intensité et la discipline dans les entraînements, quelque soit le niveau et l'âge, ont été les premières choses qui m'ont marquées. Les entraîneurs sont très exigeants avec les joueurs, en particulier sur l'aspect technique de la discipline et le résultat est là puisque techniquement en cadet les joueurs sont déjà complets.

J'ai trouvé l'approche de la technique, sous forme de chorégraphie, avec les poussines et benjamines particulièrement intéressante, les entraîneurs danois ont réussi à rendre plus « fun » l'apprentissage des déplacements tout en y intégrant de la répétition.

La vitesse de jeu et le challenge permanent que les joueurs se mettent entre eux font que tout le monde se tire vers le haut, tout est prétexte à défi, c'est en quelque sorte un apprentissage de l'envie de gagner.

Ce qui est transférable dans mon quotidien

Cette semaine a été une grosse remise en question sur mon travail, puisque je sous-estimais la capacité d'apprentissage et d'adaptation des moins de 12 ans. Désormais je pense que je n'hésiterai pas travailler l'ensemble des techniques badminton de sorte que les jeunes essayent de nouvelles choses et aient plus de sensations avec le volant, tout en gardant un lien avec la tactique.

Concernant les minimes / cadets je vais utiliser les contraintes « vitesse » et « physique » plus fréquemment.

Synthèse de Fabrice Bernabé

Nous arrivons au Danemark le mercredi en début d'après midi.

De suite nous rentrons dans le vif du sujet à savoir la visite de plusieurs grands clubs autour de Copenhague. Dans ces différents clubs nous verrons toutes les catégories d'âge jouer, mêmes les vétérans. Mais nous étions surtout là, pour voir les jeunes danois au quotidien.

Dans un club à Grève avec quelques joueurs français

Lors de nos différentes visites, nous avons pu observer un entraînement des U11 et U12. Ce qui m'interpelle de suite, mise à part les salles spécifiques bad, c'est le sérieux de jeunes dès leur plus jeune âge. Cela aussi bien à l'échauffement en musique qui est très complet, que durant les séances d'entraînement. Les jeunes savent ce pourquoi ils sont là. Ce sont des compétiteurs et ils veulent devenir les meilleurs. On peut aussi remarquer que les filles sont très athlétiques pour leur âge, comparé aux françaises.

Je pense que nous avons beaucoup à envier aux danois à cet âge concernant les déplacements sur le terrain et le répertoire de coups techniques. Coté badminton nos joueurs français s'en sortent plutôt bien, mais on peut voir la grosse différence au niveau des déplacements.

Pour parler des coachs, on peut dire qu'ils sont à fond dans leur projet. Ils ont beaucoup de connaissances et de vécu, et ils transmettent tout cela aux jeunes dans la bonne humeur. Ils sont toujours derrière leurs joueurs prêts à les motiver et ils y mettent de la voix pour certains.

La priorité pour les coachs danois chez les plus jeunes est le footwork, le grip et les coups techniques sans limite car les jeunes sont comme des éponges ils absorbent tout. Lors de cette visite, il y avait deux coachs. Une spécialisée dans les exercices de coordination, de posture et de déplacement, et l'autre plus spécialisé badminton.

Entretien avec Preben (coach jeunes)

Preben nous fait savoir que les U11 et U13 ont 5 à 7 séances de badminton par semaine plus 2 séances de gym. A partir de U17, c'est la même chose avec 3 séances de gym. Il nous fait parvenir un tableau plus explicite avec les recommandations de la fédération danoise concernant la quantité des entrainement chez les jeunes.

Preben n'est pas trop pour les tournois jeunes. Il trouve qu'il y en a trop et qu'il faudrait s'arrêter parfois pour pouvoir travailler encore plus la technique et le physique. Il dit qu'il faut expliquer aux jeunes que les exercices sans raquettes vont les aider à être encore plus fort.

Concernant sa vision du bad sur le simple dame, Preben pense que pour être forte il faudra encore plus de vitesse de jeu. Le simple dame va devenir encore plus agressif. Il faudra avoir encore plus de coups variés au filet, il faudra prendre le volant encore plus tôt. Les frappes de fond de court devront être variées, il faudra sauter...

Preben rajoute qu'il faut s'entraîner en raccourcissant les gestes techniques. Enseigner dès le plus jeune âge à jouer au filet avec les doigts, d'avoir le bras flexible, le coude bien placé...

Enfin, il nous conseille de ne pas forcément chercher à tout prix des supports pour entrainer. Un bon coach doit trouver ce qui est bon ou pas au niveau technique, en regardant des matchs ou des vidéos, puis savoir bien l'enseigner ensuite.

Entretien avec Martin Lundgaard

Nous parlons avec lui du simple dame, sa fille faisant parti dans sa catégorie des meilleures danoises. Selon Martin, la joueuse de simple doit être très forte physiquement et mentalement. Aussi bien sur le court et en dehors. Il faut aller dans le changement de rythme : mettre de la vitesse et fixer le plus possible...

Au niveau du double homme, les garçons doivent être très forts physiquement et capable de couvrir une très grosse partie du terrain comme en simple. Il ne faut donc pas hésiter à leur proposer des exercices en simple sans la zone du filet par exemple. Ou bien du simple sur 3 coins au lieu de 4...

Du fond du court, il est très difficile de faire le point selon Martin. Les défenses des joueurs étant très solides aujourd'hui, il pense que la différence va se faire dans le mi court et au filet. C'est au niveau de ces deux endroits qu'il va falloir encore plus axer le travail en double.

Au centre national avec Kenneth Jonassen

Il y a peu de joueurs car l'Open de Hong Kong se joue en même temps. Les joueurs présents comme Boe, Mogensen, et Fisher font un peu la tête car il y aura moins de récup aujourd'hui. Mais au programme nous verrons quand même du simple, double dame et double homme.

Chaque groupe d'entraînement arrive dans la salle et découvre près des terrains sur papier la séance de la journée (multivolant : 656 volants). Les joueurs discutent avec le coach de la séance puis préparent les volants avant de commencer l'entraînement. Les exercices sont basés sur l'attaque et la défense en simple et en double.

Chaque joueur fera ses 656 volants d'affilée et c'est le ou les partenaires qui distribueront les volants. Aussi bien main haute que main basse, avec raquette ou sans raquette. Il n'y a rien à dire sur la qualité de distribution des joueurs. Tout le monde s'entraide et le coach vient donner un coup de main en distribution si nécessaire.

Rencontre avec Peter Gade

Nous arrivons dans un nouveau gymnase et là, « surprise ». La star en chair et en os : Peter Gade en pleine séance. Au programme beaucoup d'exercices de 2 contre 1, puis multivolant à la fin en répétition de coup (smash, slice, contre amorti croisé, feintes).

On reconnaît bien la technique de Gade sur certains joueurs. Des clones !!!

On est toujours à la recherche de la vitesse et de fixation au filet. Les joueurs sont supers sérieux à l'entraînement. Ils ne parlent que très rarement entre eux.

En fin de séance, nous discutons un peu avec Peter Gade. Lui comme d'autres coachs danois ne tiennent pas trop compte des compétitions jeunes. Ce qui compte surtout pour lui c'est d'être prêt physiquement et techniquement en sénior.

Dernier jour : observation du tournoi jeunes où nos français participaient

Premier constat, les joueurs ne s'échauffent pas tant que cela avant leur match. Ils font quelques petits mouvements : sautilllements, flexions-extensions, exercices de mouvements du bassin...

Les matchs sont en auto arbitrage, et un autre joueur fait le scoreur sur la chaise d'arbitre. Du coup on peut suivre les matchs. On peut remarquer que les parents sont très présents et coachent leurs enfants le temps que le coach de club arrive, si coach il y a.

Coté badminton, c'est impressionnant tellement le niveau est élevé et ce dès les premiers tours. Sur le terrain tout est là. Les joueurs se déplacent efficacement et économiquement. Tous les coups techniques sont maîtrisés, et le sens tactique est incroyable déjà chez les tous petits. Les joueurs partent très vite sur le volant pour le jouer tôt. Les revers sont maîtrisés et bien variés. Les coups et déplacement dans le retard sont acquis coté revers et coté coup droit. Les smashes percutent déjà en benjamin pour certains. Il y a même des smashes-jump. Les têtes de raquettes vont vite et les coups sont exécutés rapidement.

En double, la culture est là. Les approches main haute dans le mi court et vers le filet sont propres. Les défenses à plat, hautes, mi court et bloquées sont au rendez-vous. Il y a beaucoup de fixation au filet...Ca va vite.

Enfin, ce qui me frappe le plus c'est que quelque soit le score, les jeunes danois se battent du début jusqu'à la fin. La maîtrise technique est tellement haute qu'il y a peu de fautes. Les points sont durs à gagner et les joueurs sont souvent dans le rouge. Ils veulent gagner tous les échanges. Du coup tous les points sont joués comme des volants de match. Il y a une telle maturité dans leur jeu à leur âge. Ce sont des minis pros et ils ne se plaignent pas sur le court. Ils sont vraiment à fond dans leur match quand ils jouent. C'est impressionnant.

Pour conclure

Ce que je retiendrai de ce stage, c'est que chez les plus jeunes, il faut que la base soit acquise. Donc insister sur le footwork, la coordination (en musique), le grip et tous les coups techniques sans exception. Travailler le shadow feed en insistant sur les appuis, les reprises d'appuis : c'est à dire partir vite sur le volant et se replacer plus tranquillement, pour avoir un shadow économique.

Pour le simple dame, il faudra être encore plus dur et limite se rapprocher de l'entraînement en simple homme. Je demanderai aux joueuses d'être plus agressives et bien sur plus physiques sur le court et en dehors.

Chez les plus grands (cadets et juniors) les coachs danois recherchent constamment cette notion de vitesse de jeu. Il y a beaucoup d'exercices de 2 contre 1 en simple et 3 contre 2 en double. Dans la plupart des clubs visités, nous avons vu des exercices de 2 contre 1 avec des thèmes différents mais où l'objectif principal était la vitesse.

Enfin, selon les stats danoises, si on existe pas avant U17 en jeune cela n'est pas grave. Pas contre, tous les joueurs qui ont fait du très haut niveau était là en U19.

NB : Merci à la Fédé et à ligue île de France de m'avoir permis de participer à ce stage. Merci aussi aux encadrants.

Synthèse de François Baagoé Schmitt

Durant ces quelques jours passés au Danemark, j'ai pu me faire une idée de la formation des jeunes au Danemark. Voici les faits principaux qui me semblent pertinents.

Des coachs compétents chez les minibad et les poussins

Un des faits les plus marquants pour moi, c'est que ce sont les coachs des adultes élites qui forment les plus petits. Je pense que cela permet aux plus jeunes d'acquérir dès le début de l'apprentissage les bases techniques (maniabilité, relâchement, déplacement...). De plus, dans le club de Greve, nous avons pu remarquer que les poussins avaient la possibilité de s'entraîner 3 fois par semaine (une séance : 1h30).

Une densité de joueurs d'un très bon niveau

Lors de nos visites dans les clubs, ou lors du tournoi le week-end, nous avons pu constater que la densité de joueurs d'un très bon niveau sautait aux yeux. Lors d'un tournoi, tous les matchs sont durs, difficiles de prédire au début de la compétition qui va gagner. Cela permet aux jeunes (selon moi) d'être plus exigeants dans leurs entraînements au quotidien. Ils savent très bien que s'ils ne sont pas à fond, ils n'auront aucune chance de gagner.

L'intensité à l'entraînement

Peut être la suite logique du point précédent... N'empêche qu'à chaque fois que je vais au Danemark, je suis vraiment impressionné par l'intensité et le sérieux que les jeunes proposent durant les entraînements. Qu'ils soient en poste fixe ou en train de bosser sur tout le terrain, ils sont toujours à fond comme s'ils disputaient un match. Et cela sans que le coach ait besoin d'intervenir.

Un très bon niveau senior

Entre les IC qui sont diffusés à la TV, le niveau des adultes dans les clubs, le jeune danois peut voir du badminton pratiquer à haut-niveau très facilement. Il peut donc facilement se faire une image de ce qu'est le badminton. En France, combien d'enfants ont cette image ?

Les salles spécifiques

Comment ne pas parler de ces salles spécifiques, véritables trésors pour les passionnés que nous sommes ! On peut remarquer que ces salles ne sont pas des très grosses salles avec des tribunes de 500 places, ce sont plutôt des salles simples (pas de tribune) mais qui conviennent très bien à la pratique du badminton en compétition.

Pour mon bilan personnel, la rencontre avec Peter Gade m'a le plus marqué

Ce joueur a tellement marqué mon enfance, influencer ma façon de jouer... Je n'ose imaginer la motivation qu'ont les jeunes danois qui ont la chance de se faire entraîner par lui.

Double projet...

Dernier point, il me semble essentiel de constater que le système scolaire Danois permet aussi aux jeunes de mener à bien le double projet. Ils finissent tous les jours à 15h. Rien à voir avec les longues journées d'école remplies de stress et additionnées à une tonne de devoirs qui sont infligées aux jeunes français qui doivent également s'entraîner entre 12h et 15h par semaine...