COMPTE RENDU DU STAGE DU GROUPE FRANCE DETECTION
PEKIN – SHICHAHAI SPORTS SCHOOL
25 JUIN AU 13 JUILLET 2005

« EN SPORT, LES VAINQUEURS ONT TOUJOURS RAISON*… »

PREALABLE

Avant de vous faire partager les aspects essentiels de notre séjour, je tenais à repréciser certains points pour replacer ce compte rendu dans le contexte du projet détection et de l'aspect spécifique des stages du Groupe France Détection à l'étranger.
Dans le programme que nous établissons chaque année, le contact prévu avec une nation étrangère correspond à plusieurs objectifs. D'une part, il est très intéressant d'évaluer les réactions des uns et des autres dans un contexte différent et inconnu. On le sait, certains n'arrivent jamais à s'exprimer hors de leur pays d'origine alors que d'autres y trouvent une source de motivation supplémentaire. Par ailleurs, du fait d'un manque de repères dans les catégories d'âge les plus jeunes, ce contact permet d'avoir un aperçu de nos forces et de nos faiblesses et de mesurer le chemin qui reste à parcourir. Enfin, en liaison avec ce qui précède, les différents enseignements enregistrés lors de ces stages nous permettent d'enrichir notre organisation et notre enseignement sans pour autant remettre en cause la base du projet mis en oeuvre depuis maintenant près de 4 ans.

Après des déplacements, déjà forts utiles, en Suède et en Roumanie les années précédentes, ce voyage dans l'Empire du Ping s'est avéré encore plus instructif. Cependant, il convient de préciser que les remarques et les enseignements qui ressortent de ce stage sont issus de centres d'entraînement à Pékin. En conséquence, ils n'ont pas la prétention de présenter une radiographie complète de la formation en Chine même si l'observation des joueurs de haut niveau chinois fait apparaître beaucoup de similitudes « techniques » chez les uns et les autres quelle que soit la «provenance » des joueurs. De plus, même si « les vainqueurs ont toujours raison », nous savons très bien que pour des raisons culturelles et organisationnelles, nous ne pouvons copier le modèle chinois notamment en terme d'engagement précoce dans un projet de haut niveau et de volume d'entraînement au cours de la formation initiale.
Quoi qu'il en soit, la finalité étant d'amener 1 ou 2 éléments de notre dispositif au plus haut niveau mondial, il est nécessaire de savoir perpétuellement «greffer » sur notre système et nos convictions les détails qui vont nous permettre, à terme, de rattraper notre retard et de répondre à notre ambition.

LE CENTRE SPORTIF DE SCHICHAHAI…ET LES AUTRES…

Le Centre des Sports où nous étions pourrait être comparé à un CREPS chez nous puisqu'il accueillait 9 disciplines différentes. Quelques différences notoires cependant :

- le Centre accueille les sportifs toute l'année sous forme d'internat et également pendant la période de vacances où l'entraînement est encore (c'est possible…) intensifié
- dès que les sportifs arrêtent leur pratique (samedi après midi et dimanche), toutes les salles sont immédiatement «envahies » par les gens du quartier, ce qui fait que les installations tournent à plein régime tous les jours. Cela est possible grâce à la présence de nombreux employés en permanence (surveillance, nettoyage, points d'alimentation…). Une des choses les plus étonnantes, mais finalement très logique et très instructive pour nos jeunes, étant le fait que dès qu'un espace n'était pas utilisé dans la salle (ou pendant les pauses), les lumières sont éteintes.
- le Centre accueille des enfants de 5 ans pour des Sports comme la gymnastique et les sports de combat (certains enfants de 8 ans pour le tennis de table). Ils bénéficient d'un encadrement particulier à l'intérieur du Centre.
- pour suivre leur scolarité, suivant leur niveau scolaire, les enfants du tennis de table s'entraînent soit le matin, soit l'après midi, soit en soirée. Dans tous les cas, ils pratiquent 2 séances (3 heures dans la journée, 2 heures le soir) par jour.
- parallèlement à la vie du Centre, et pour aider au financement des activités sportives, un hôtel accueille les sportifs étrangers qui souhaitent s'entraîner à la mode chinoise. Pendant notre stage, il y avait des badistes suédois, des américains pour les sports de combat…. dans le même ordre d'idées, les Chinois ayant un sens aigu du commerce, le Centre profite des ressources de la location de ses parkings et d'un bar proche du Centre
- le plus étonnant reste cependant l'intensité que l'on ressent dans tous les espaces sportifs. Cet esprit s'appuyant actuellement sur la dynamique représentée par la future organisation des J.O de 2008 (banderoles dans toutes les salles).

Concernant le tennis de table, les 10 entraîneurs présents (ils effectuent une rotation…par exemple, les 2 entraîneurs chargés de la surveillance des enfants en soirée ne participent pas à l'entraînement du matin) s'occupent des 60 joueurs présents (entre 8 et 14 ans) qui n'ont pas tous le même statut. Depuis que l'état ne prend plus tout en charge et ne décide plus de tout, le centre recrute dans toute la Chine les enfants les plus intéressants. Il y a donc une concurrence entre les différents Centres de Province (30) pour s'assurer la présence des meilleurs éléments. Ensuite, pour les autres, les entraîneurs ou leur famille viennent proposer leurs enfants à l'inscription et, comme nous avons pu le voir, les enfants sont testés (matchs) par les entraîneurs. Certains de ces enfants peuvent avoir des qualités intéressantes, notamment en comparaison avec nous, mais cette démarche s'inscrit plus dans une logique commerciale…les prix de pensions des uns et des autres ne se situant pas au même niveau et manifestement, l'intérêt porté aux meilleurs par les entraîneurs est beaucoup plus important.
Les éléments de pointe rejoindront vers 13 ans le Centre d'entraînement de Pékin qui regroupe des meilleurs jeunes jusqu'aux seniors. A noter que l'entraîneur en chef de ce Centre est venu 2 fois dans la semaine donner la « leçon » aux joueurs du centre. En terme d'organisation, les filles s'entraînent indépendamment des garçons (1 seule séance commune dans la semaine) et les programmes sont légèrement différents. Nous y reviendrons tout à l'heure mais le travail des filles apparaît simplifié par rapport aux garçons mais encore avec plus d'intensité et de rigueur (aucun écart permis) et également avec moins (mais quand

même beaucoup) de situations compétitives…je rappelle qu'il s'agit uniquement de ce que nous avons vu à Pékin.

Notre séjour nous a également permis de pratiquer dans 4 autres centres d'entraînement de Pékin. Deux de ces écoles pourraient être assimilées à nos anciennes sections sports études. Il s'agit de Middle Schools qui accueillent scolairement des enfants entre 13 et 18 ans et qui proposent à la fin des cours vers 16h des entraînements aux élèves pongistes. Dans un cas 20 éléments pour une salle de 10 tables, dans l'autre école, 30 sportifs pour une salle de 20 tables. Là encore, on notera que l'activité se poursuit de manière plus intense pendant les vacances scolaires. L'intérêt pour les athlètes étant qu'un bon parcours pongiste peut éventuellement les ramener vers le circuit «professionnel » dans les clubs mais surtout leur faciliter l'entrée à l'université.
Dans un autre cas, nous nous sommes retrouvés dans un Centre similaire à celui de Schihahaï avec la particularité qu'autour d'une cour de récréation, tous les bâtiments (2 salles de ping de 10 tables, l'hébergement, la cantine, les bureaux) étaient dédiés au tennis de table avec 12 employés dont 4 entraîneurs et une trentaine de joueurs. La direction et une partie du financement sont assurées par un fabricant de tennis de table, et les joueurs du centre porte ses couleurs lors des rencontres. La complémentarité avec le Centre principal ne semble pas évidente même si des passerelles sont toujours envisageables. Les éléments plus âgés, et notamment les filles, étaient d'un niveau remarquable. Cependant, nous sommes là dans une démarche plus commerciale, les joueurs versant une pension relativement élevée pour pouvoir bénéficier de ces excellentes conditions.
Le dernier centre où nous nous sommes entraînés était sans nul doute le plus intéressant au regard de la **« formation à la chinoise »**. C'est, en fait, un club de quartier (25 tables) où tous les après-midi des enfants viennent s'entraîner. Nous avons rencontré des joueurs de 10 à 12 ans dont le niveau se situait après les 7 - 8 premiers garçons du Centre principal mais surtout une «ribambelle » d'enfants de 5 à 7 ans dont certains étaient impressionnants de maîtrise technique sur les fondamentaux. La gestion des entraîneurs semble différente suivant le potentiel mais **dans tous les cas ces enfants bénéficient systématiquement d'une relance avec adultes** ou d'un travail aux paniers, que cela soit individuellement ou collectivement (groupe de 6 environ). **Nous avons compté jusqu'à 12 entraîneurs-relanceurs impliqués en même temps** et appris que là encore, l'aspect commercial avait son importance puisque certains relanceurs sont payés à l'heure par les parents pour s'occuper de leurs enfants. A ce sujet, la réussite sportive dans le sport et dans le tennis de table en particulier sont considérés comme une réussite sociale et financière d'où les sacrifices importants consentis par les familles d'autant que la politique de natalité restrictive (en base, 1 enfant par famille) facilite et encourage cette approche.
Sur le plan plus spécifique du Ping, toutes les séances auxquelles nous avons participé dans un Centre ou dans l'autre étaient organisées de manière quasi identique autour de 4 thèmes principaux :

- **la tenue de balle sans incertitude** à grande vitesse et la plupart du temps systématiquement avec déplacements (du fait que dans le Centre où nous étions ils accordaient une plus grande importance au CD, le travail et l'utilisation du pivot sont très fréquentes…le revers n'étant utilisé que comme outil de démarrage soit en frappe chez certaines filles, soit en top chez les garçons). Durée de travail moyen 15 à 20' pour chacun.
- **le travail des démarrages** avec là encore beaucoup de simplicité. Service court ou libre, remise sur toute la table, démarrage en revers ou en coup droit. Durée identique aux exercices ci-dessus.

- **les paniers de balles** : essentiellement le travail des enchaînements à un rythme très élevé. Durée très longue facilitée par du travail associant deux relanceurs qui réalisent alternativement une séquence de 10 à 15 secondes. A noter que mise à part sur les balles coupées, la distribution était effectuée sans rebond sur la table (cela nécessite une maîtrise importante pour que la distribution soit de qualité avec des balles « naturelles »)
- **la compétition** : très peu de situations compétitives aménagées. Des sets où chacun s'engage comme si sa vie en dépendait. On gagne, on joue un plus fort, on perd, on joue un moins fort…

Le travail des services-remises ne se fait pas systématiquement, mais fréquemment en début de séance. Là encore, le temps de travail est long et chacun semblait livré à sa propre capacité de concentration et de recherche. A noter une situation intéressante, où 2 serveurs se relayaient alternativement contre un relanceur, l'un servant court, l'autre long.

ET NOS « PETITS » FRANÇAIS…ou, c'est au pied du mur (de Chine…bien sûr) que l'on voit le pongiste.

J'ai déjà eu l'occasion de le dire…ils ont été épatants sur le plan de la volonté et sur le fait qu'ils ont réalisé un stage plein du début à la fin. Même l'entraîneur en chef du centre leur a rendu hommage en signalant qu'il n'avait jamais vu de jeunes européens se comporter comme ce groupe l'avait fait, notamment en mettant en avant leur capacité à sans cesse redresser la tête après les défaites et à faire preuve d'un allant toujours renouvelé. De ce fait, ils ont gagné le respect des entraîneurs et des joueurs et, en conséquence, ils ont eu l'honneur de pouvoir jouer sur les « gros » comme nous les appelions entre nous. A noter également que les entraîneurs chinois trouvaient globalement nos joueurs plus performants en compétition qu'à l'entraînement. Bien sûr, chacun à un moment ou un autre a connu une baisse de régime mais globalement ils ont saisi à pleines mains la chance qui leur était offerte.

Vous comprendrez mieux ce qui précède si je vous dis que nous avions estimé les meilleurs (3 étaient vraiment impressionnants) de leur âge autour d'un niveau n°400 pour les garçons et n°60 pour les filles. Pour les garçons, notre estimation a dû être revue à la hausse avec l'arrivée d'un groupe de Lyonnais qui comptaient dans leurs rangs 3 joueurs entre la 120ème place et la 200ème …certes les parties étaient serrées mais elles tournaient souvent à l'avantage des jeunes chinois.

Dans ce contexte les sets gagnés ou accrochés par « nos petits » n'en ont que plus de valeur. Cependant nous nous sommes interrogés sur le fait de savoir quelle aurait été leur attitude s'ils avaient connu le niveau réel de leurs adversaires. Je crains malheureusement que leur approche aurait été différente et que nous n'aurions pas eu la qualité que nous avons eu au cours de ce stage. Depuis 3 ans, je me bats, un peu seul souvent, pour « casser » chez nos plus jeunes et autour d'eux cette culture française du sacro-saint classement et autres nombre de points au Critérium Fédéral et par voie de conséquence d'une attitude qui se modifie en fonction du rapport de force né du niveau présumé de l'adversaire…**SVP, voyons plus loin, voyons plus haut, voyons plus juste !!!!**

Entre parenthèses, au moment où j'écris ces lignes, heureusement que nos juniors garçons sous la houlette de Stéphane HUCLIEZ ont su passer outre cette barrière pour aller défier les « normalement » n°1, 2 et 3 européens de l'équipe d'Allemagne…comme quoi !!!

Notre stage l'a une nouvelle fois démontré, nos jeunes orientés dans un projet de haut niveau doivent, le plus tôt possible, jouer et encore plus s'entraîner avec des joueurs bien supérieurs à leur niveau de classement présumé, et les bénéfices en seront multiples. Ne pas tenir compte de cette évidence les condamne presque avant même le début de l'aventure.

Sur le plan collectif, ce stage a aussi montré d'importantes avancées dans la vie de groupe, et chacun a su par son comportement « tirer » le groupe vers le haut. On est cependant en droit d'attendre encore plus sur le plan de la dynamique collective en situation compétitive, sur la capacité à surmonter sa déception individuelle pour soutenir ses camarades et sur le fait **d'admettre que la réussite (passagère) de l'un doit beaucoup à l'investissement de tous et préfigure ses propres progrès.**

Si ce stage a également été une vraie réussite, c'est aussi parce qu'ils avaient su se préparer physiquement à cette aventure en suivant le programme qui leur avait été donné suite aux France. Ceux qui ne l'avaient pas suivi et qui pourtant avaient une base physique intéressante ont logiquement reconnu qu'ils avaient plus soufferts que leurs camarades. Les progrès dans le secteur physique sont importants depuis 3 ans, ils ne sont encore pas suffisants (voir plus loin…). Pour information et rappel, ce travail continue pendant la période estivale…qu'il ne faut plus appeler période de vacances.

Sur le plan plus spécifique du ping, ce stage a montré nos lacunes et notre retard dans la régularité des éléments de base et notamment **sur la maîtrise de la longueur des services, sur une technique gestuelle approximative et « variable », dans la régularité (pourcentage) sur la prise d'initiative, sur la difficulté à jouer les balles dans le plein coup droit et dans l'intention de jeu insuffisamment agressive, cela allant de pair avec une organisation qui manque de rigueur.**

Cependant, tout ne se présente pas de manière négative. En effet, on peut s'étonner que la différence, importante certes, ne le soit pas encore plus si l'on considère les éléments comparatifs avec les Chinois (volume horaire, âge de début, moyens mis en œuvre, intensité donnée par l'émulation). De plus, aussi étonnant que cela puisse paraître, nos joueurs paraissent en avance sur un certain nombre de points : variété de la gamme de services et notamment utilisation «des rentrants », variété des coups joués et capacité pour certains à alterner les types de prises d'initiative, défense du point à mi-distance et capacité à remettre les balles « volées » (à noter, qu'au cours du stage, les joueurs chinois à la demande des entraîneurs se sont eux aussi investis dans la remise de ces balles même à l'entraînement). **C'est peu et c'est beaucoup à la fois car pour être performant à haut niveau il convient à la fois d'être aussi fort que les autres sur les bases mais aussi d'être capable d'apporter « quelque chose en plus ».**

LES LECONS « TECHNIQUES » DE NOTRE SEJOUR…

A l'issue de ce stage, nous avons essayé de recenser les aspects sur lesquels nous devions absolument progresser. Par souci de clarté, ils vous sont présentés par « ordre d'entrée en scène » :

- **l'éducation sportive :** Manifestement, les Chinois sont en avance sur nous dans ce secteur. Que cela soit dans le domaine de la souplesse ou dans celui de l'endurance et de la résistance, leurs qualités sont indéniables. Cela vient, sans doute, du volume horaire d'entraînement et, peut être, de leurs qualités naturelles mais aussi d'un travail physique (à base de courses sur ce que nous avons vu) qui comme les séances s'appuient sur une grande intensité. Là encore, il nous faut être prudent dans nos analyses car d'une part notre vision est parcellaire, et de plus la masse de joueurs dont ils disposent leur permet de s'entourer de moins de précautions.

- **la prise de raquette** : la vigilance doit être beaucoup plus grande au départ autour notamment de 2 points. La prise ne doit pas se modifier entre le revers et le coup droit et la pression doit s'exercer prioritairement par le pouce et l'index sur la palette pour

une meilleure sensation. L'accélération au moment de l'impact (ils parlent plus d'impulsion et cette image me paraît assez juste) est donnée par une pression plus forte exercée par l'ensemble des doigts. Essayez, et vous vous rendrez compte que ce « serrement » amène systématiquement une accélération segmentaire. Cela ne remet pas en cause l'observation que beaucoup de joueurs de haut niveau…européens présentent une prise spécifique mais manifestement chez nos jeunes les défauts constatés entraînent plus d'inconvénients que d'avantages et cela représente un handicap important.

- **Le geste technique en Chine** : le geste technique en Chine se décrit autour des 5 points qui servent, comme évoqué précédemment, de référents pour les interventions des entraîneurs :

1) **l'observation de la balle** : lecture de la trajectoire, identification de la nature et de la quantité d'effet

2) **le déplacement, l'ajustement sur la balle** : le souci de l'équilibre est permanent, de même que celui de l'économie de mouvement

3) **le placement de la raquette** : dans l'attaque CD et le top CD, la rotation du tronc amènera le bras en arrière (pas derrière son corps comme chez beaucoup de nos joueurs). En revers, la raquette est placée légèrement en arrière du coude

4) **l'impulsion de la raquette** dans la balle est accompagnée par une avancée du tronc notamment en coup droit. A noter, qu'il s'agit plus d'une rotation que d'un transfert du poids du corps.

5) **« le ramené » rapide de la raquette et les sautillements dynamiques** qui suivent peuvent être considérés comme le point n°1 qui décide de la bonne exécution de la suite.

- **l'apprentissage technique** : on l'a déjà abordé, l'apprentissage technique dès le plus jeune âge correspond à des critères d'organisation (relance individuelle) qui sont des garants d'efficacité. Cette approche se fonde également sur l'aspect répétitif hors et à la table. A ce sujet, l'utilisation du jeu à blanc, à condition qu'il intègre les 5 paramètres précités, doit être utilisé de manière très importante sur les coups techniques fondamentaux (attaque revers et coup droit, top coup droit, liaison simple (sans incertitude). **On ne peut sous prétexte d'un apprentissage ouvert laisser s'instaurer des parasites techniques qui sont autant de fautes potentielles pour la suite.** La correction des éléments mal appris étant très difficile à corriger et une perte de temps inutile.

- **le relâchement** : Au delà de leurs qualités naturelles et de celles induites par le volume d'entraînement, **les entraîneurs insistent particulièrement sur le relâchement de l'épaule notamment en top CD**. Nous avons, peut être trop tendance dans ce secteur, à nous focaliser sur les segments distaux (avant bras et main) alors que le fait de devoir assurer une nécessaire pression sur la balle semble contradictoire avec le relâchement de ces parties du bras. Dans tous les cas, quand nos joueurs sont allés dans ce sens, la qualité de balle, la capacité à enchaîner les coups forts se sont immédiatement considérablement améliorées.

DES LECONS A RETENIR POUR LES ENTRAÎNEURS…

Les entraîneurs chinois interviennent très peu à l'intérieur de la séance et si cela surprend de l'extérieur cela s'explique par plusieurs raisons :

- la formation technique est achevée et les interventions sur ce plan sont limitées…
- la motivation, le rappel des consignes générales se font collectivement avant l'entraînement ou à la pause. Chez les garçons, nous avons pu constater que certains n'étaient pas au maximum… peu importe, les autres avancent, d'autres attendent la place et ils vont s'éliminer d'eux-mêmes
- les situations sont simples, souvent identiques et ne nécessitent que peu d'explications complémentaires
- quand il y a intervention (vers les français…), elles nous ont paru très simples et identiques d'un entraîneur à l'autre. Elles faisaient toujours référence au déroulement « technique » expliqué précédemment
- contrairement à nous qui proposons une évolution des exercices, ce passage direct de situations « fermées » à du jeu libre surprend mais le résultat est suffisamment net pour s'interroger… « ceux qui gagnent… »

ET MAINTENANT…

J'ai souhaité au travers de ce compte rendu vous faire part de pistes concrètes qui pour beaucoup d'entre elles sont applicables dès maintenant.

Il reste cependant une question en suspens qui apparaît comme essentielle : **« les joueurs chinois font (beaucoup) plus d'heures que nous en apprenant moins de choses…est t'il possible d'espérer se rapprocher d'eux en gardant pendant très (trop) longtemps une approche trop généraliste avec un nombre d'heures restreints ? »**. Nous avons déjà, en partie, répondu à cette question en proposant dans les éléments de la Route du Haut Niveau plusieurs pistes et notamment que les joueurs ayant un profil pour utiliser des matériaux spécifiques le fassent le plus tôt possible. Je pense qu'il faut encore aller plus loin dans la réflexion sur ce thème et que nous puissions proposer **une approche plus pragmatique de cette étape capitale de formation entre 7 et 12 ans.**

Bien sûr, dans notre système à la française, commencer tôt, avoir immédiatement les conditions de relance nécessaires, être prêt à certains sacrifices pour avoir un volume important ne peut s'adresser qu'à des joueurs dont le projet vers le haut niveau est clairement établi, que cela soit dans l'esprit du joueur, dans l'investissement familial ainsi que dans les conditions d'entraînement.

Il me reste à remercier Lenaïck LOYANT pour son investissement et le travail important accompli autour de ce stage (CD Rom sur les aspects techniques remis à chacun des joueurs ainsi qu'un CD Rom «souvenirs » et réalisation future d'un CD Rom sur les thèmes abordés au cours de ce compte rendu). Un grand merci également GU YUN FENG, notre G.O sur place qui a su parfaitement organiser notre séjour et le rendre le plus efficace possible.

Jean-Denis CONSTANT
Responsable Projet Détection

*** : dans le respect des règles, de l'adversaire et de l'éthique sportive**