

PROGRAMMATION SAISON 2026/2027

SÉANCE	THÈME PRINCIPAL	SOUS-THÈME
1	Observations / Evaluation	Echanges & jeu global
2	Fond de court	Régularité & marge par rapport au filet
3	Fond de court	Direction de balle & régularité
4	Fond de court	Préparation - Coup droit
5	Fond de court	Coup droit - Régularité & longueur
VACANCES DE LA TOUSSAINT (19 octobre - 1 novembre)		
6	Fond de court	Préparation - Revers
7	Fond de court	Revers - Régularité & longueur
8	Déplacement	Jeu de jambes & reprise d'appui
9	Déplacement	Placement & remplacement
10	Service	Lancer de balle
11	Service	Précision & zones
TRÊVE HIVERNALE (13 décembre - 20 décembre)		
VACANCES DE NOËL (21 décembre - 3 janvier)		
12	Fond de court	Equilibre à la frappe
13	Tactique	Déplacer l'adversaire
14	Jeu au filet	Volée - Coup droit & revers
15	Jeu au filet	Monter à la volée pour gagner le point
16	Service	Première & seconde balle
VACANCES D'HIVER (8 février - 21 février)		
17	Fond de court	Attaque de coup droit
18	Fond de court	Coup droit gagnant
19	Fond de court	Défense de revers
20	Tactique	Attaque / Défense
21	Service / Retour	Attaque / Défense
VACANCES DE PÂQUES (5 avril - 18 avril)		
22	Match	Jeu & match
23	Match à thème	Espace libre & sortir l'adversaire
24	Match à thème	Fond de court
25	Match à thème	Volée
26	Match à thème	Double
27	Match	Jeu & match