



**STAGE NATIONAL DOUBLE  
MAUBUISSON  
24 AU 28 OCTOBRE 2009 (Equipe, 420)  
26 au 30 OCTOBRE 2009 (29er)**

**Encadrements :**

Philippe Boudgourd : Coordonnateur du stage et entraîneur 420

Florian Ribeiro : entraîneur Equipe

Fabrice Jaunet : entraîneur 29er

**Intervenants :**

Xavier Rohart : Tactique et placement par rapport à la flotte

Loïc Billon : Communication

Marc Laurent : Technique Equipe

Pierre Leboucher/Vincent Garos/Ingrid Petitjean : gestion de carrière

**Effectif par série :**

**9** équipages 420 (stage sur invitation) : (3 Poitou-Charentes, 2 Bretagne, 1 Haute Normandie, 1 Basse Normandie, 1 Pays de la Loire, 1 Languedoc- Roussillon)

**10** équipages 29er : (7 Pays de la Loire et 3 Bretagne)

**17** équipages Equipe : 4 Haute Normandie, 8 Ile de France, 2 pays de la Loire, 2 Rhône Alpes, 1 Bretagne)

## Bilan technique par série :

### 420 :

Le thème et les objectifs de travail proviennent essentiellement des points faibles observés au cours des championnats internationaux.

- Regrouper les équipages pouvant prétendre à la sélection ISAF
- Découvrir son mode de communication au sein de son équipage en vue de prendre une décision appropriée.
- Navigation au contact et dans les petits espaces.
- **Temps total de navigation : 10 Heures**

Le comportement du groupe a été exceptionnel dans son fonctionnement, dans l'entraide, dans l'écoute, du respect, dans l'échange, de la rigueur. Le groupe a respecté les règles de fonctionnement permettant une ambiance de travail studieuse. Le niveau des coureurs invités sur ce stage est dans l'ensemble bon. La régata qui a suivi est venue confirmer cela (5 coureurs du stage sont classés dans les 10 premiers dont le vainqueur). Par ailleurs les coureurs ont produit un document très intéressant sur leur représentation de ce que peut être la communication en double. Ce document fut présenté par eux-mêmes devant le collectif des 470. (Document joint)

L'apport des différents intervenants (Loïc Billon, Xavier Rohart) et de la technologie de l'équipe de France (moyen d'enregistrement) a été un gros plus au cours de ce stage et très apprécié par les coureurs.

Malgré tout il manque toujours pour certain une culture sportive. Ils doivent à minima savoir courir, s'étirer etc...

### Points à retenir :

- la communication n'est presque jamais abordée dans les structures
- Nous avons ouvert des pistes de fonctionnement de communication au sein des équipages sans volonté d'imposer un fonctionnement idéal, d'ailleurs existe-t-il ??
- 3 à 4 équipages peuvent réaliser des performances internationales cette année
- Un état d'esprit et une démarche de progrès est engagé par chaque équipage

### 29er :

Le stage a été réalisé après le Grand Prix de l'armistice Skiff de Hourtin.

Contenu du stage

#### Activité sportive en matinée :

Deux échauffements en jogging suivis d'étirement

Un jogging de 45minutes

Une séance de sport collectif (Basket, football)

#### **Travail sur un premier thème sur les départs.**

Plusieurs départs filmés (différentes configurations) sous deux angles en même temps. Débriefing vidéoprojecteur et télé en même temps.

Les équipages les moins à l'aise restent trop souvent immobiles sans recherche de solution possible dans les 30'' avant le départ. Ils se placent trop tôt et subissent le déplacement des autres qui viennent se placer en profitant de la 11.

Départ, parcours banane, travail intéressant de passage de marque en raison d'un petit parcours.

**Second travail sur le placement les uns par rapport aux autres au portant :**

Les coureurs partent les uns derrière les autres de la bouée au vent (interdiction d'empanner avant le coup de sifflet)

Ensuite bord libre jusqu'au passage de la porte.

L'ordre de départ de la bouée au vent suivante dépend du nombre de bateaux que les équipages ont pu doubler. Ainsi, les équipages qui gagnaient le plus de place partaient en dernier et ceux qui en perdaient le plus partaient devant.

Classement sur plusieurs courses

Le premier a gagné 15 places au portant, le dernier a perdu 27 places...

Stage intéressant mais manque des sudistes (6 bateaux) qui n'ont pas pu financièrement se déplacer.

Tous les créneaux de vent ont été utilisés. Une journée de 5 h de navigation. Les coureurs sont repartis sur l'eau 30 minutes après avoir bâchés... pour utiliser 1h30 de créneaux le plus venté du stage (8 à 5 nœuds)

Domage que le vent est été inférieur à 5 nœuds pour la majorité du stage.

GRAND MERCI à Ingrid, Nadège, Pierre et Vincent pour leur intervention sur la gestion de carrière.

**Equipe :**

- Conduite et manœuvres
- Tactique Stratégie.
- **temps total de navigation 12 Heures**

Le stage national pour les Equipes fut très bénéfique.

17 équipages provenant de 5 régions différentes étaient présents sur ce stage. La mise en place d'un collectif de 3 entraîneurs (Yann Château, Xavier Laignel et moi-même) nous a permis de travailler avec l'ensemble du groupe tout en individualisant nos interventions.

De cette façon des points essentiels comme la gestion de flotte et les départs ont pu être travaillés de façon efficace.

Les points à retenir :

- Navigation en flotte : Nous avons pu remarquer que tous les aspects techniques (conduite et manœuvre) sont fortement dégradés dans les phases de navigation ou il y a une grande densité de bateaux.
- Les départs : Le principal problème rencontré par les équipages est un problème de placement dû à une mauvaise communication entre barreurs et équipiers. Il faudrait que les équipiers prennent l'habitude de donner des informations permettant aux barreurs de se représenter dans l'espace et non plus des consignes d'actions.

Philippe Boudgourd, Fabrice Jaunet, Florian Ribeiro

# LA COMMUNICATION EN DOUBLE

