

CENTRE FÉDÉRAL D'ENTRAÎNEMENT

HAUTS DE FRANCE

(10-14 ans)



« Le CFE, entre formation et épanouissement »



PATRICE BRULEZ
PRÉSIDENT
DE LA LIGUE

C'est avec une certaine fierté que je vous présente le Centre Fédéral d'Entraînement (CFE) de la Ligue des Hauts-de-France de tennis qui pourrait aussi s'intituler Centre de Formation et d'Epanouissement (CFE).

C'est avec ambition, que nous avons créé ce centre de formation des 10-14 ans dans le but de décliner le nouveau plan de performance fédéral (PPF) dans nos territoires.

Cette structure de formation mobilise tout l'équipe technique régionale (ETR) sur l'antenne de Ligue à Amiens et à Marcq-en-Baroeul. Nous pouvons aussi compter sur nos enseignants des clubs formateurs 10 ans et moins dans les cinq départements.

Notre CFE est une véritable structure qui pose les fondations des parcours sportifs et éducatifs vers l'excellence. Cet apprentissage du haut niveau est un premier carrefour de formation qui associe aussi notre commission médicale, nos référents régionaux physiques et psychologiques avec une volonté affichée de ne pas former uniquement un joueur de tennis, mais surtout un athlète épanoui, autonome, intelligent et qui excelle au niveau scolaire.

Concrètement, les jeunes sont encadrés 5 jours par semaine au sein de nos 2 sites de Ligue avec des horaires scolaires aménagés optimaux. Ils bénéficient d'un accompagnement privilégié en compétition par l'ETR.

La dynamique collective de l'encadrement, la recherche d'amélioration et de performance, les expertises mutualisées et coordonnées entre le sportif, le médical et le scolaire nous permettent de développer un véritable réseau qui favorise la progression et le bien-être des jeunes au quotidien.

J'espère que tous ces champs d'accompagnements humains, structurels et financiers permettront de faire rayonner le tennis français avec encore plus d'impact au niveau international. Mais surtout, je souhaite que tous les jeunes gardent un souvenir impérissable et positif de leur passage au CFE des HDF.

« J'ai émis un vœu »



NICOLAS ESCUDÉ
DIRECTEUR TECHNIQUE
NATIONAL
DE LA FFT

Au printemps 2022, lorsque j'ai présenté ma vision stratégique pour le tennis français, j'ai souhaité qu'on aide nos jeunes à grandir, qu'ils soient formés pour le haut niveau et accompagnés tout au long de leur carrière.

La mise en route, en septembre prochain, de centres fédéraux d'entraînement en France métropolitaine et en Outre-mer s'inscrit parfaitement dans ce projet. En proposant une structure d'entraînement vers le haut niveau aux enfants de 10-14 ans, une période charnière, nous mettons toutes les chances de notre côté pour développer leur potentiel et construire un projet sportif ambitieux.

Ainsi, en rassemblant les meilleurs de la ligue Hauts de France, le Centre Fédéral d'entraînement (CFE) va accroître l'émulation collective et renforcer la détermination de chacun ; en ayant comme fil rouge la volonté de progresser constamment sur l'ensemble des paramètres de la performance.

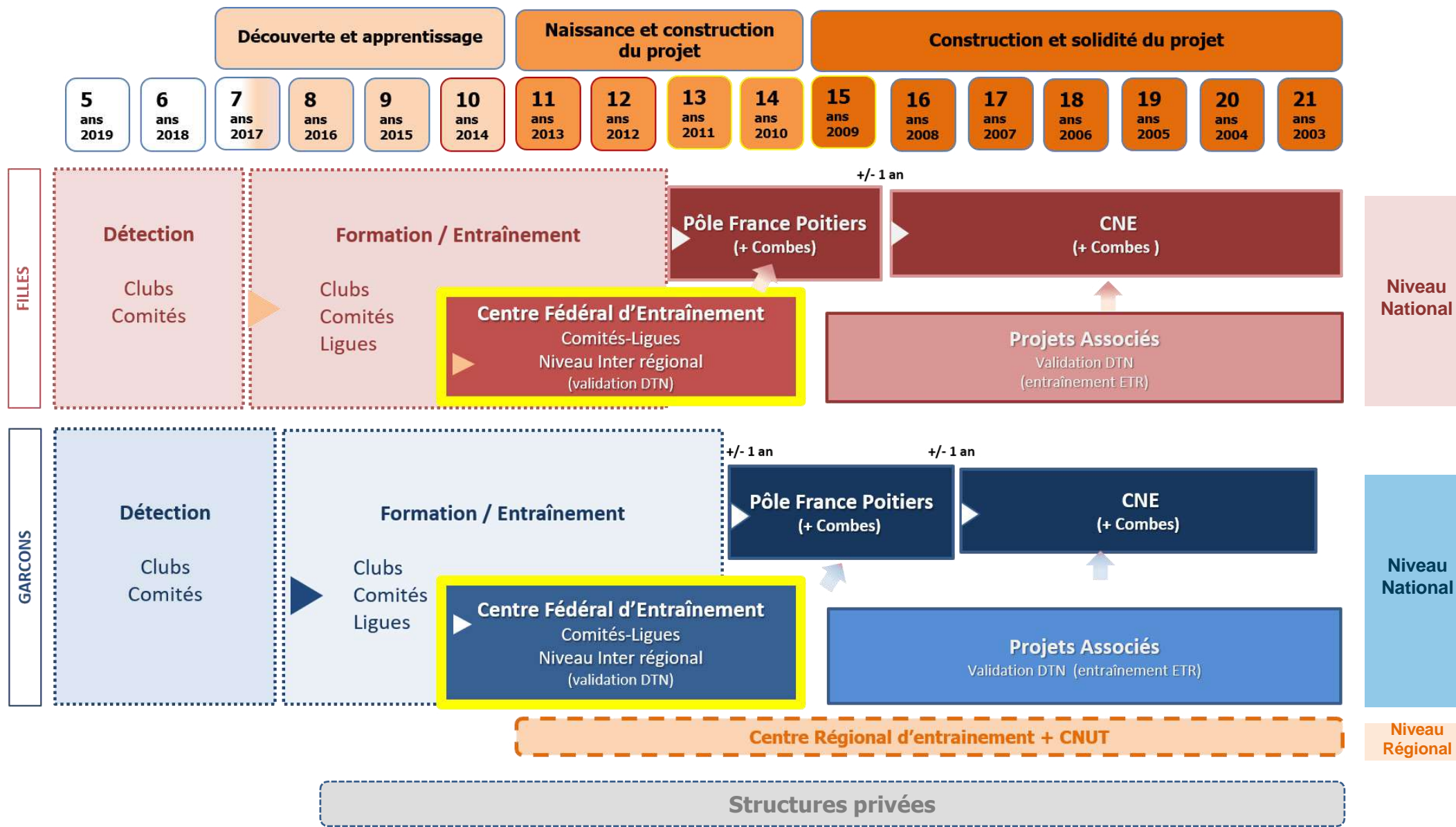
La qualité de l'encadrement, des infrastructures, le programme ambitieux d'entraînement et de compétitions, la scolarité adaptée avec une coordination régionale... Toutes les conditions sont réunies pour la progression des jeunes qui vont intégrer cette structure.

Au-delà du projet sportif, leur épanouissement est au cœur de ce dispositif. Car nous savons que la performance n'est possible que lorsque l'on se sent bien, en harmonie avec son environnement et ses valeurs. Permettre aux enfants d'exprimer leurs rêves, leur motivation, d'exposer leur projet, c'est aussi les faire grandir.

Le chemin vers le haut niveau est long et incertain.
Quoi de mieux qu'un CFE pour débiter ce parcours ?

01

LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DE NOS FILIÈRES DE FORMATION



02

**QUEL EST
NOTRE PROJET ?**

Nos objectifs

1- Former des jeunes joueuses et joueurs compétitifs sur le plan national et international, et les **préparer** aux exigences du haut niveau.

2- Alimenter les Pôles France (Poitiers et CNE)

Notre vision

Apporter une **réponse singulière** au sein d'une **structure collective**

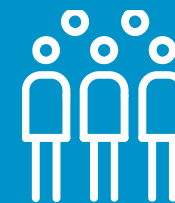
Transmettre des **valeurs éducatives et sportives**

#Jeu #Plaisir #Progrès

Permettre de mener le **double projet** Tennis et Scolarité

Accompagner les projets en intégrant l'ensemble des paramètres de la **performance**

Favoriser **l'épanouissement et l'équilibre personnel** du jeune (vie sociale / temps en famille / récupération)



AMBITION

TRAVAIL

ESPRIT D'ÉQUIPE

HUMILITÉ

RESPECT

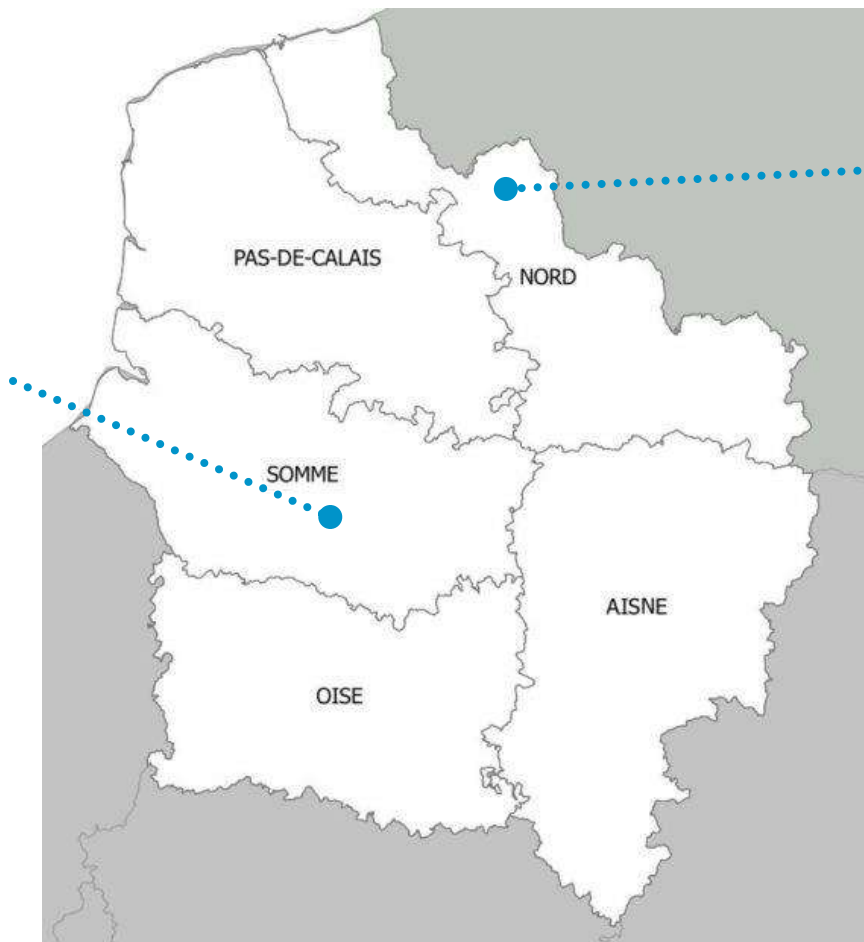
RIGUEUR



OS

**REJOINDRE
LE CENTRE**

AMIENS
(internat possible)



MARCQ-EN-BAROEUL



LE CFE des HDF est composé de 2 antennes

POURQUOI 2 ANTENNES ?

+ DE PROXIMITÉ

SURFACES DIFFÉRENTES
(TB à Amiens / Dur à Marcq)

DOUBLE PROJET
(TENNIS ET SCOLARITÉ)

LIEN PRIVILÉGIÉ AVEC LES CLUBS ET
LES ENTRAÎNEURS FORMATEURS

CFE = De 50 à 100% des
entraînements par l'ETR

04

**NOTRE
ÉQUIPE**



Frédéric JONAS
Directeur Fédéral de la Performance



Eric QUILLET MONCHIET
Coordonnateur CFE 10/14 ans

MARCQ en B



Entraîneur Responsable
de l'antenne de Marcq 10-14 ans
Alexandre LANDTSHEERE



Préparateurs Physique
Thomas LARCHAUD
Gaetan VAN-HOOREBEKE

AMIENS



Entraîneur Responsable
de l'antenne d'Amiens
10-14 ans
Cyrille GOURDIN



Entraîneur Responsable
+15 ans
Camille FUSI



Préparateur physique
Thibaut Moutinho



Préparateur mental
Romain Revaux



OS

PROGRAMME SPORTIF

CM1/CM2



Pour qui ?

Nos jeunes de niveau interrégional à national

Jeunes de 10 et 11 ans proposés par le CTR et validés par le responsable U14 DTN

FINANCEMENT TARIF ANNUEL

Entraînements Tennis, Physique et Mental :

3 séances minimum avec le CST et/ou l'entraîneur de Ligue et/ou le CTR : prise en charge Ligue

Suivi en compétition :

TE U12 en France / TMC / TN / CN : 40 euros par nuit
TE à l'étranger : 20% du coût du joueur et du coach



PROGRAMMATION ANNUELLE

- Sur 10 mois, soit 34 semaines (début septembre à fin juin)
- 6 semaines minimum de repos (4 dans l'année, 2 l'été)
- Programme supplémentaire spécifique possible en juillet

Un programme annuel détaillé sera communiqué à la rentrée



SEMAINE TYPE D'ENTRAÎNEMENT

Elle se compose de :

- A minima, de 3 blocs hebdomadaires Tennis/Physique au sein d'une de nos antennes grâce à des aménagements scolaires négociés
- De plusieurs blocs d'entraînement en club, complémentaires et adaptés au joueur et à ses besoins

1 bloc = 1h30 minimum



SUIVI EN COMPÉTITION

Suivi assuré par le staff du CFE sur :

- Les Tournois Nationaux par Equipes et certains TMC fédéraux (sur sélection de ligue)
- Certains Tournois Nationaux individuels (Listes établies par la DTN)

A partir de la 6ème

Pour qui ?

Nos jeunes de niveau interrégional à national

Intégration sur proposition du CTR et validation du Responsable U14



FINANCEMENT TARIF ANNUEL

Tennis, Physique et Mental :

Semaine entière AMIENS
(15h minimum) : 2500€

Compléments d'entraînements
5 blocs minimum : 1000€

Suivi en compétitions
TE U12 en France / TMC / TN : 40€/nuit
Autres TE/ITF : 20% du coût total du déplacement



PROGRAMMATION ANNUELLE

- Sur 10 mois, soit 34 semaines (début septembre à fin juin)
- 6 semaines minimum de repos (4 dans l'année, 2 l'été)
- Programme supplémentaire spécifique possible en juillet

Un programme annuel détaillé sera communiqué à la rentrée



SEMAINE TYPE D'ENTRAÎNEMENT

Formule complète :

- Entre 8h à 12h de tennis / semaine
- Entre 5h et 7h de physique / semaine
- 1 à 2 séquences de préparation mental / semaine
- Blocs tennis et/ou physique l'après-midi (scolarité le matin)

ou

Compléments d'entraînements :

5 blocs d'entraînements minimum pour compléter le planning de club.

1 bloc = 1h30 minimum



SUIVI EN COMPÉTITION

- Stage physique : 1 ou 2 dans l'année
- Suivi assuré par l'ETR sur 8 tournois minimum (TE, TMC ou tournois régionaux)



CONDITIONS D'HÉBERGEMENT

Sur Amiens : Internat possible.
Hébergement sur 1 ou plusieurs nuits (*prise en charge par la famille en supplément*)



CM1/CM2

Aménagement de la scolarité nécessaire pour libérer 2 demi-journées en complément du mercredi, en accord avec la direction de l'école

Enseignement à distance Acadomia (ou CNED) possible dès le CM2, uniquement pour les filles



A PARTIR DE LA 6ÈME

Scolarité et Internat au collège Saint-Martin (Amiens)

ou

Enseignement à distance Acadomia

ou

CNED



COMBIEN ÇA COÛTE ?

- Internat / Scolarité au collège Saint-Martin : 3500€ (pension complète)

ACADOMIA

Partenariat Acadomia/FFT initié depuis septembre 2020.

ÇA SE PASSE COMMENT ?

- Acadomia accompagne la scolarité CNED comme un établissement classique
- 12h de cours en classe virtuelle par semaine (2h par jour environ sur 6 jours / classes de 6 à 8 élèves)
- 20h de cours particuliers
- Inscription au CNED réglementée permettant aux élèves de bénéficier du statut scolaire

POURQUOI CE PARTENARIAT ?

- Concilier sport et éducation et permettre un équilibre entre sport, études et vie familiale
- Aider à l'orientation et à la construction du projet d'avenir
- Offrir un enseignement adapté aux agendas des jeunes sportifs
- Permettre aux familles d'être au cœur du double projet



EN SAVOIR +

COMBIEN ÇA COÛTE ?

- Frais scolarité : 4 750 € = Classe E-Campus + 20 heures de cours particuliers (réduction d'impôts possible)
- Si joueur/joueuse sur liste ministérielle de Haut Niveau en 2023, aide FFT/Ligue HDF à hauteur de 1/3 du coût

06

RECAPITUALIF



Antenne de Marcq-en-Baroeul

Antenne d'Amiens

	Dur en intérieur Terre Battue en extérieur	Terre battue en intérieur
Surface de jeu		
Entraînement Tennis	✓	✓
Préparation Physique (avec salle)	✓	✓
Dimension Mentale	✓	✓
Etablissement scolaire avec horaires aménagés	✗	✓
Possibilité d'internat	✗	✓
Suivi en compétition	✓	✓
Logistique matériel (raquettes)	✗	✓
Logistique transport (trajet gare / antenne)	✗	✓

CENTRE FÉDÉRAL D'ENTRAÎNEMENT

HAUTS DE FRANCE

CONTACTS

Directeur Fédéral de la Performance

Frédéric JONAS

✉ : frederic.jonas@fft.fr

Mob: +33 6 23 11 38 78

Responsable Amiens

Cyrille GOURDIN

✉ : cyrille.gourdin@fft.fr

Mob: +33 6 61 43 05 08

Coordonnateur CFE 10/14 ans

Eric QUILLET-MONCHIET

✉ : eric.quillet-monchiet@fft.fr

Mob: +33 6 30 99 44 13

Responsable Marcq-en-Baroeul

Alexandre LANDTSHEERE

✉ : alexlandtsheere@gmail.com

Mob: +33 6 75 74 40 29



LIGUE
HAUTS
DE FRANCE



CENTRE FEDERAL D'ENTRAÎNEMENT
LIGUE HAUTS-DE-FRANCE