

LE PROJET

A travers ce projet, qui débutera dès septembre 2021, le club IHL a pour objectif de :

- **Faire progresser les joueurs.euses** à fort potentiel sur toutes les dimensions d'un.e athlète comprenant les plans technique, tactique, physique et mental. Enseigner les fondamentaux du haut-niveau par **l'apport d'autres thèmes** : hygiène de vie, vie de groupe, gestion et préparation des compétitions, recherche de performances, apprentissage par la vidéo, préparation physique en solo, communication, organisation de son temps ...
- **Maîtriser le niveau des équipes premières** en constituant des équipes de qualité et en facilitant l'intégration des jeunes en équipe sénior, mais surtout en leur permettant de mettre **100% de leur talent au service de l'équipe.**
- **Capitaliser les compétences**, les apports et les savoir-faire des différents entraîneurs pour pérenniser les collectifs, parfaire le suivi des joueurs, assurer la transmission et **construire l'excellence**

LES ATOUTS

L'originalité du programme performance reposent sur l'association de 3 activités et accompagnements clés pour augmenter les performances de l'athlète sur tous les plans et non plus que sur le hockey.

Un équilibre et une qualité d'entraînement entre séance de perfectionnement et séance avec son collectif club

Une planification annuelle, en coordination avec les projets sportifs individuels de chaque joueur.euse dans le club.

Une communication continue entre tous les acteurs.rices autour du sportif.

Des moyens au service du sportif, un staff permanent large et qualifié, l'ajout ponctuel d'expert, l'utilisation de matériel spécifique et des dernières technologies.

LE STAFF



MARIE BILLORE
COORDINATRICE

- RESPONSABLE VIE SCOLAIRE,
RELATION PARENT <-> CLUB,
ENTRAÎNEMENT.



THEOTIME
DIERENDONCK

POLE MEDICAL
- MEDECIN DU SPORT
3 KINÉS, OSTÉOPATHE
DIÉTÉTICIEN, PODOLOGUE.



ROSA PADILLA
POLE HOCKEY

- 1 PRÉPARATEUR PHYSIQUE,
2 ENTRAÎNEUR.EUSES SPÉCIFIQUES.

ACTION PROGRAMME PERFORMANCE

25€
PAR MOIS

2

SÉANCE DE HOCKEY

par semaine en plus des séances du club.
lundi: 19H30-21H
vendredi: 18H-19H30

2

SOINS DE KINÉSITHÉRAPIE

par semaine au club
suivi de blessure (facultatif)
lundi et jeudi 19H-21H

3

SÉANCE DE VIDEO

toutes les 3 semaines
analyse des matchs de haut niveau ou de match du club

1

ENTRETIENS INDIVIDUEL

par an pour fixer les objectifs et faire le bilan sur les méthodes de travail

BILAN DE COMPÉTENCES

par an pour évaluer la progression et pouvoir établir les point forts et faibles