



COMPTE-RENDU

Objet : Compte-rendu Séminaire des coachs

Date : Lundi 20 octobre au samedi 25 octobre 2025

Lieu : Stockholm (Suède)

Clubs visités : Angby SK et Sparvågen BTK

Cadres : Yoann Richard (CTD94) Florian Dasse (CD94)

Alexis Millot (MATT) Rémi Giraudier (Nogent TT)

Quentin Varona (Ormesson US) Etienne Dennefeld (Cachan/USKB)

Simon Hamel (Vincennois TT) Vincent Rondanini (Sucy ES)

Arnaud Galais (CTD 75) Stephen Ravonison (USFTT)

Nombre de participants : 10

Nombre de clubs représentés : 8





1. Contexte et objectifs du séjour

Dans le cadre du programme ERASMUS, une délégation de coaches, principalement issue du Comité Départemental du Val-de-Marne (CD94), a participé à un séminaire de tennis de table en Suède.

Ce séjour avait pour objectif de comparer les méthodes d'entraînement, les approches pédagogiques et les cadres éducatifs entre la France et la Suède, afin d'enrichir les pratiques professionnelles des entraîneurs et d'élargir leur vision du tennis de table.



Angby SK



Sparvågens BTK

Deux clubs suédois emblématiques ont été visités :

- ❖ **Ängby SK** : mardi 21 et vendredi 24 octobre 2025
- ❖ **Spårvägen BTK** : mercredi 22 et jeudi 23 octobre 2025

La démarche adoptée a été volontairement ouverte et sans a priori, afin de découvrir les différences culturelles et sportives de manière authentique.



2. Organisation générale du séminaire

Les journées étaient structurées pour favoriser l'observation, l'échange et la cohésion du groupe :

- ❖ Matin : temps libre pour découvrir Stockholm et ses alentours
- ❖ Fin de matinée : réunions de préparation et débriefings collectifs
- ❖ Midi : repas puis déplacement vers les clubs
- ❖ 15h-20h : observations des entraînements, matchs et échanges avec les entraîneurs
- ❖ Soir : retour au logement, temps libre et échanges informels

Cette organisation a permis un équilibre entre immersion professionnelle, culturelle et moments de détente, contribuant fortement à la qualité de l'expérience.





3.Observations générales des séances d'entraînement

Les premières séances observées, axées sur le rythme et la régularité, ont mis en évidence plusieurs caractéristiques communes aux clubs suédois :

- ❖ Les joueurs montrent une forte volonté de tenir la balle, avec un travail constant basé sur le volume et la répétition
- ❖ Les attitudes sont calmes, concentrées et sérieuses, avec peu d'expression émotionnelle ou d'encouragements spontanés
- ❖ La dimension ludique et compétitive est présente mais moins visible qu'en France, privilégiant la maîtrise et la réflexion

Ces observations confirment une approche pédagogique basée sur la continuité et la progression progressive, plutôt que sur l'intensité ou le spectacle immédiat.

Les photos montrent que nos coaches val-de-marnais ont activement participé lors des visites des clubs suédois. Ils n'ont pas hésité à prendre part aux exercices avec les jeunes, à expérimenter les méthodes d'entraînement et à échanger directement avec les joueurs. Cette implication concrète a favorisé des échanges enrichissants et a contribué à instaurer une atmosphère conviviale et collaborative tout au long du séminaire.



4. L'autonomie des joueurs

Un point marquant est la grande autonomie accordée aux joueurs, en particulier lors des échauffements physiques et techniques :

- ❖ Chaque joueur participe activement à la préparation physique (course, mobilité, renforcement léger)
- ❖ L'échauffement articulaire et technique se fait sous la conduite d'un joueur référent ou en autonomie totale pour les groupes expérimentés
- ❖ L'auto-correction est largement privilégiée, l'intervention de l'entraîneur se fait souvent à la demande du joueur

Cette approche reflète la culture éducative suédoise, où la responsabilité individuelle, la confiance et le bien-être sont valorisés dès le plus jeune âge, permettant au joueur de devenir acteur de sa progression.





5. Présentation des clubs suédois



ANGBY SK

- ❖ Meilleur club suédois chez les jeunes
- ❖ Fort développement des cours particuliers
- ❖ Fonctionne sur un modèle privé, avec neuf entraîneurs, majoritairement issus du club
- ❖ Les séances sont calmes, peu centrées sur le comptage ou les compétitions
- ❖ La correction des erreurs est laissée aux joueurs, l'entraîneur guide et accompagne plutôt qu'il n'impose
- ❖ Accès à une plateforme en ligne pour compléter le travail physique en dehors des séances





SPARVÄGEN BTK

- ❖ Club structuré, proche du modèle français, avec un cadre clair et exigeant
- ❖ Equipe une en première division suédoise chez les garçons et chez les filles
- ❖ Forte influence de Gilles Forzy, qui a apporté intensité, organisation et professionnalisme
- ❖ Les jeunes du groupe « détection » s'entraînent avec les adultes de niveau national, favorisant motivation et projection vers le haut niveau
- ❖ L'influence de Jan-Ove Waldner et Mikael Appelgren est visible pour inspirer et motiver les jeunes joueurs
- ❖ Dynamique d'apprentissage basée sur le comptage et la rigueur, tout en conservant de l'autonomie aux joueurs



6. Interviews croisées

Ängby SK

CD94 : Nous avons été frappés par le calme ambiant. Même avec de nombreux jeunes, l'atmosphère reste posée. Est-ce volontaire ?

Martin – Ängby : Oui, absolument. Le calme fait partie intégrante de notre discipline. Dès le plus jeune âge, les enfants apprennent que le silence n'est pas seulement une question de respect pour les autres, mais surtout un outil pour se concentrer pleinement et assimiler ce qu'ils font. Cela fait partie d'une culture plus large de maîtrise de soi que nous retrouvons dans les écoles et la vie quotidienne en Suède.

CD94 : La liberté et l'autonomie des joueurs sont également très présentes. Pouvez-vous nous en dire plus ?

Martin : Nous considérons chaque enfant comme un jeune adulte capable de prendre des décisions et d'apprendre par l'expérience. Ils doivent expérimenter, faire des erreurs et trouver eux-mêmes des solutions. L'entraîneur n'impose pas, il guide et accompagne. Nous intervenons surtout lorsque c'est nécessaire ou sur demande, afin de laisser l'enfant réfléchir et progresser de manière autonome.





CD94 : Quels sont selon vous les principaux avantages et limites de cette approche ?

Martin : L'avantage majeur est que les enfants développent une grande capacité d'analyse, d'autonomie et de confiance en eux. Ils apprennent à comprendre le jeu et à s'auto-corriger, ce qui est précieux sur le long terme. La limite est que l'apprentissage technique peut parfois être plus lent qu'avec un encadrement direct. Certains défauts peuvent se répéter plusieurs fois avant d'être corrigés, ce qui demande de la patience et de la persévérance.

CD94 : Comment accompagnez-vous les joueurs dans leur progression malgré cette grande autonomie ?

Martin : Nous mettons l'accent sur l'observation et le suivi individuel. Chaque joueur a la possibilité de demander des conseils, et nous proposons régulièrement des retours ciblés. Nous encourageons aussi les joueurs à se filmer et à analyser leurs gestes eux-mêmes. L'auto-correction est une compétence clé que nous développons. L'objectif est que le joueur comprenne ses forces et ses faiblesses par lui-même plutôt que de dépendre de l'entraîneur pour chaque correction.

CD94 : Utilisez-vous beaucoup de matériel pédagogique ou de supports numériques ?

Martin : Très peu. Nous préférons que les joueurs se concentrent sur leurs sensations, sur la perception de la balle et les choix tactiques. Nous utilisons parfois des outils simples pour visualiser un geste ou une trajectoire, mais l'idée est toujours de guider le joueur vers l'autonomie plutôt que de lui donner des solutions toutes faites.

CD94 : Comment la culture suédoise influence-t-elle cette méthode d'apprentissage ?

Martin : La culture suédoise valorise la liberté et la responsabilité dès l'enfance. On ne donne pas des instructions à exécuter aveuglément : il faut convaincre, expliquer, et permettre à chacun de comprendre les raisons de ce qu'il fait. Les enfants apprennent à explorer, à tester et à apprendre de leurs erreurs, et cette philosophie se retrouve dans tous les aspects de la vie. Cela crée des jeunes joueurs calmes, concentrés, mais très responsables dans leur pratique.

CD94 : Que diriez-vous aux entraîneurs français qui aimeraient s'inspirer de votre approche ?

Martin : Je leur dirais d'accepter de lâcher un peu de contrôle, d'observer et de guider plutôt que de corriger systématiquement. L'autonomie prend du temps à se développer, mais elle construit des joueurs plus réfléchis, capables de s'adapter et de prendre des initiatives. C'est un vrai équilibre entre patience, confiance et pédagogie.

Sparvågen BTK

CD94 : Votre club semble très structuré, proche de ce que l'on connaît en France. Est-ce un choix assumé ?

Responsable Spårvågen (Alper Salhi) : Oui, c'est un choix volontaire. Nous pensons qu'un cadre clair et structuré est essentiel pour que les joueurs se sentent en sécurité et sachent exactement ce qu'on attend d'eux. Cela permet de créer une discipline saine et d'installer un niveau d'exigence nécessaire pour progresser, tout en favorisant un apprentissage efficace. Même si nous laissons de l'autonomie, chaque séance est préparée pour que les objectifs soient clairs et atteignables.

CD94 : Quelle a été l'influence de Gilles Forzy (ancien entraîneur français du club) sur la structure ?

Alper : Son influence a été majeure. Gilles a introduit une culture de dynamisme, d'intensité et de rigueur dans nos entraînements. Il a notamment structuré la tenue sportive, clarifié les rôles de chacun (entraîneurs, parents, joueurs) et instauré des méthodes de suivi plus précises. Ses méthodes ont permis de dynamiser les séances tout en renforçant l'organisation du club.





CD94 : Pourquoi faites-vous s'entraîner les jeunes avec les adultes de niveau national ?

Alper : C'est une question de motivation et d'inspiration. Les jeunes apprennent beaucoup en observant les adultes et en s'identifiant à eux. Cela crée une dynamique de groupe stimulante : ils voient ce qu'exige le haut niveau et peuvent se comparer à ces modèles. C'est également un moyen de les pousser à se dépasser tout en gardant le plaisir de jouer.

CD94 : Comment fonctionnez-vous pour développer l'autonomie des jeunes ?

Alper : Nous essayons d'équilibrer autonomie et encadrement. Sur l'échauffement et la mise en route des séances, les jeunes sont responsables et organisent leur travail eux-mêmes. Mais nous intervenons plus directement sur la technique et la tactique, en corrigeant régulièrement les gestes et en guidant les choix stratégiques. L'idée est de leur apprendre à prendre des décisions réfléchies tout en restant dans un cadre structuré.

CD94 : Quelle place donnez-vous à la dimension humaine et culturelle dans votre club ?

Alper : Nous insistons beaucoup sur le respect, la discipline, l'humilité et l'esprit d'équipe. Même dans un club très structuré, il est important que les jeunes prennent du plaisir et comprennent pourquoi ils font chaque exercice. Nous voulons qu'ils comprennent les valeurs derrière la performance et que cela devienne une véritable culture de club.

CD94 : Comment se déroule la formation des entraîneurs dans votre club ?

Alper : La majorité de nos entraîneurs sont formés sur le terrain, par transmission directe de l'expérience de leurs collègues plus expérimentés. Nous avons également mis en place des méthodes de suivi individuelles, avec comptage, observation et feedback systématique pour que chaque entraîneur connaisse parfaitement ses joueurs et puisse adapter son approche en fonction de leurs besoins.

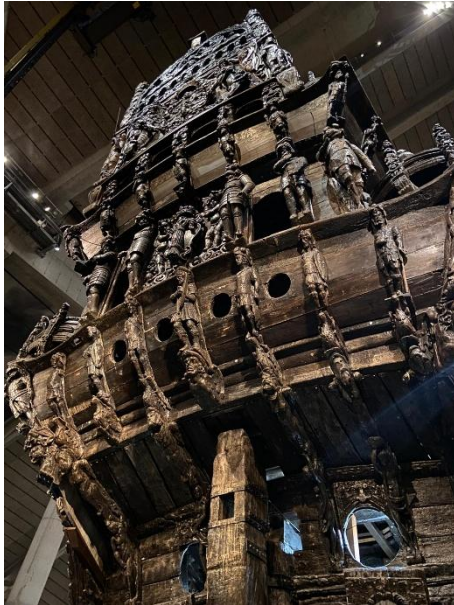
CD94 : Quels sont les principaux avantages et limites de votre approche ?

Alper : L'avantage, c'est que les joueurs progressent rapidement techniquement et tactiquement grâce à la structure et à la rigueur des séances. Ils apprennent à gérer leur engagement et à comprendre ce qu'exige le haut niveau. La limite est que cela demande un encadrement très précis : sans une organisation solide et des entraîneurs formés et attentifs, cette méthode serait difficile à appliquer correctement.

7. Dimension culturelle

Pendant le séjour, plusieurs visites culturelles ont été organisées :

- Musée Vasa : immersion dans l'histoire maritime suédoise

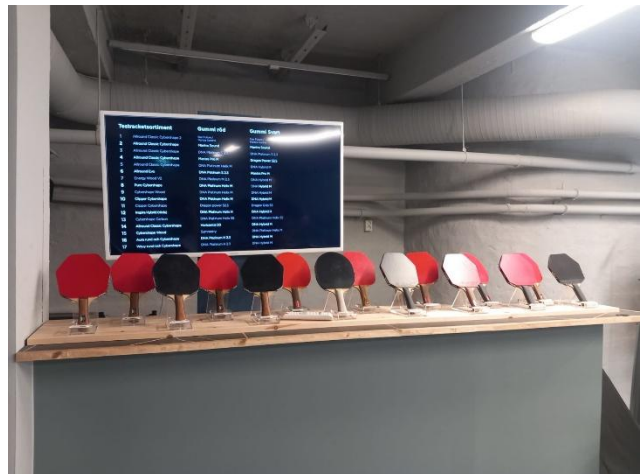


- Musée ABBA : découverte ludique de la culture suédoise contemporaine

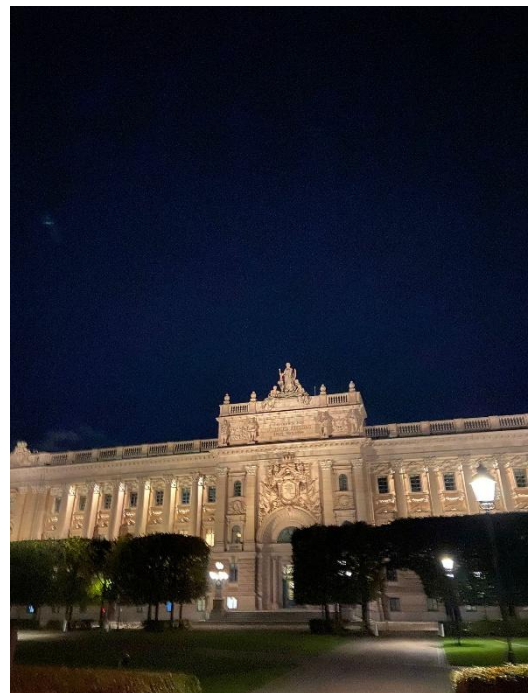




- Magasin STIGA : seul magasin physique dédié au tennis de table en Suède avec sa propre salle spécifique et la possibilité d'essayer une vingtaine de raquettes



- Centre-ville de Stockholm : découverte de l'architecture, des rues commerçantes et de la vie locale



Ces expériences ont permis aux participants de mieux comprendre la culture suédoise, notamment le respect, la maîtrise de soi et l'importance du cadre dans la pédagogie.



8.Mot du CTD

« Nous avons vécu une semaine exceptionnelle en Suède, tant sur le plan professionnel qu'humain. Ce séjour a offert à nos entraîneurs l'occasion de sortir du cadre habituel de leur club et de découvrir de nouvelles approches du tennis de table.

Deux philosophies complémentaires ont pu être observées : la Suède met l'accent sur l'autonomie, la confiance et le plaisir du jeu, tandis que le modèle français repose sur une organisation plus structurée et exigeante. Cette expérience a rappelé l'importance de s'adapter à chaque joueur et à chaque contexte pour proposer un accompagnement efficace.

Les échanges avec les entraîneurs suédois, enrichis par des visites culturelles à Stockholm, ont nourri la réflexion pédagogique et humaine de chacun des participants. Découvrir les méthodes de travail locales, mais aussi la manière dont la culture et l'éducation influencent la pratique sportive, s'est révélé particulièrement inspirant.

En résumé, ce séminaire en Suède a constitué une expérience humaine, culturelle et professionnelle très enrichissante. Il a permis de comparer deux modèles pédagogiques différents, d'échanger avec des professionnels expérimentés et d'apprécier la richesse culturelle et sportive de Stockholm. Cette expérience encourage à s'ouvrir à de nouvelles pratiques, à adapter ses méthodes au profil des joueurs et à valoriser l'équilibre entre autonomie, plaisir et exigence technique. »

Richard Yoann CTD 94 - Pôle Performance

