

**J2S ACADEMIE**

**ACADEMIE INTERNATIONALE DE BADMINTON**

# LES OBJECTIFS



Permettre à des athlètes de HN d'**exploiter tout leur potentiel** pour atteindre le plus **haut-niveau de performance** possible



Obtenir des **podiums nationaux et internationaux**



Avoir des **joueurs sélectionnés en équipe nationale**



Inviter **des joueurs extérieurs** à venir quelques jours sur l'académie



Faire progresser les athlètes **dans leur meilleur tableau**

# L'ORGANISATION

9

**8 entraînements de badminton** hebdomadaire à la salle Squashbad de Pessac et à la salle Coubertin,

3

**3 entraîneurs** pour 12 joueurs maximum



**Planification individualisée** des entraînements et des compétitions.  
**Suivi des joueurs** sur 10 compétitions internationales et préparation tactique de chaque match



**Sparrings internationaux** invités durant la saison



**Intervention de spécialistes** dans le domaine de la performance (nutrition, sommeil, préparation physique, ...) sur demande.

# L'ÉQUIPE D'ENCADREMENT



**Sylvain Ternon**

DEJEPS badminton  
Entraîneur académie



**Hugo Claerbout**

DESJEPS badminton INSEP  
Responsable de l'académie



**Mathis Peyrard**

Licence STAPS / Préparateur physique  
Entraîneur académie

# LES SALLES D'ENTRAINEMENTS



SALLE SQUASHBAD DE PESSAC



SALLE COUBERTIN DE TALENCE

# PLANNING PRÉVISIONNEL

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Matin	Séance bad Pessac (10h-12h15)	Séance bad Pessac (10h-12h15)	Séance bad Pessac (9h30-12h15)	Séance bad Pessac (10h-12h15)	Séance bad Pessac (10h-12h15)
Après-midi	Séance bad Coubertin (16h-18h)	Séance bad Pessac (15h-17h) et Coubertin (16h-18h)		Séance bad Coubertin (16h-18h)	REPOS

	Séance	Saison « 4 séances »	Saison
Tarif	30€	3500€	5000€

\* Saison « 4 séances » : 4 séances du matin sauf le mercredi,



[WWW.J2SBAD.COM](http://WWW.J2SBAD.COM)

06 74 42 48 80

[HUGO.CLAERBOUT@J2SBAD.COM](mailto:HUGO.CLAERBOUT@J2SBAD.COM)