



Présentation de la Normandy Baseball Academy

2021/2022 – Ligue de Baseball de Normandie – www.normandiebaseballsoftball.com

La FFBS : Fédération Française de Baseball

- L'Académie de Baseball Universitaire s'inscrit dans le **Projet de Performance Fédéral** (PPF) qui s'oriente vers 3 objectifs : Classer la France au plus haut niveau dans les compétitions de références internationales, former des individus qui trouvent leur place dans la société (formation scolaire et sportive), faire en sorte que l'athlète atteigne son meilleur niveau possible et d'obtenir des ouvertures sur le monde professionnel du baseball.
- L'Académie de Baseball Universitaire est une structure labélisée en relation avec la **FFBS**, elle-même en relation avec le **Ministère des Sports**.



L'Académie de Baseball Universitaire : nos objectifs

Objectifs éducatifs

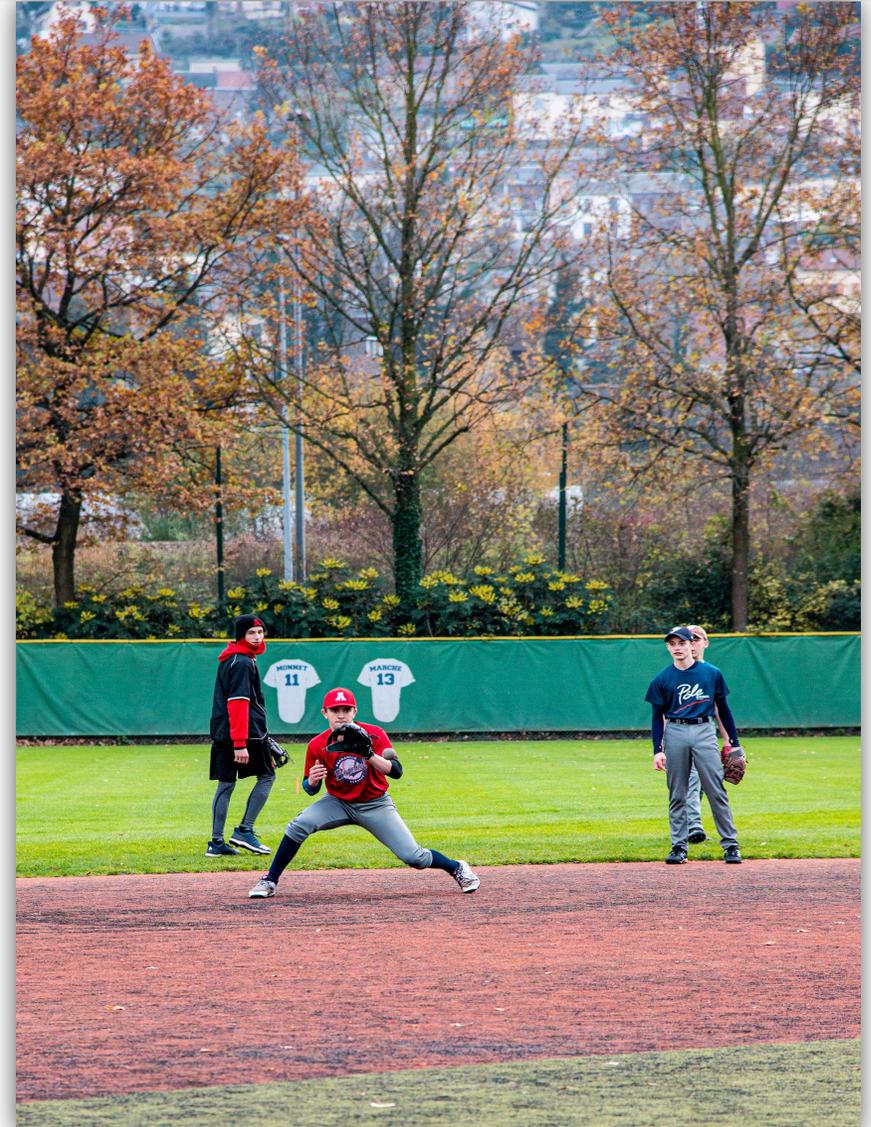
- Suivre et réussir son projet de double-excellence (scolaire et sportive)
- Prendre conscience de la nécessité d'un travail assidu, régulier et efficace au quotidien, sur le terrain comme en-dehors.
- Créer un esprit de groupe

Objectifs sportifs généraux

- Développer les connaissances techniques et tactiques avancées du sport
- Améliorer les capacités physiques des athlètes (force, vitesse, endurance, coordination, souplesse)
- Atteindre son potentiel sportif maximal

Les installations : le terrain

- Les entraînement ont lieu au terrain de Baseball du club de Rouen
- Les cages de frappe sont également utilisées pour les entraînements quotidiens



L'encadrement

Entraîneur/Coordinateur : Keino PEREZ



- Entraîneur au Pôle depuis 2012
- Manager des Huskies de Rouen et de la Normandy Baseball Academy
- Entraîneur des lanceurs pour l'EDF U18, U23 et Sénior
- Ancien joueur professionnel (MiLB)

L'encadrement

Entraîneur : Dylan GLEESON



- Entraîneur au Pôle depuis 2016
- Joueur à Rouen en D1 depuis 2012
- Sélectionné en Equipe de France U16, U18, U23 , Universitaire en en EDF Sénior (Championnat d'Europe et World Baseball Classic Qualifier)
- Spécialisation au poste de frappeur et catcheur

L'encadrement

Entraîneur adjoint : Esteban PRIOUL



- Entraîneur au Pôle depuis 2019
- Joueur à Rouen en D1 depuis 2015
- Sélectionné en Equipe de France U18, U23 , Universitaire en en EDF Sénior (Championnat d'Europe et World Baseball Classic Qualifier)
- Spécialisation au poste de lanceur

L'organisation sportive

Planning d'entraînement

- Lundi/Mardi/Vendredi de 18h à 20h
- Mercredi de 14h30 à 17h et de 18h à 20h
- Jeudi de 16h à 19h



Planning d'entraînement annuel simplifié

	Reprise/Fin de saison	Phase de développement	Pré-compétition et compétition
Lundi	Renforcement musculaire/Prépa physique	Renforcement musculaire/Prépa physique	Récupération active Préparation physique
Mardi	Travail technique individualisé frappe/défense Agilité/Course	Travail technique individualisé attaque/défense	Programme de lancer Travail individualisé
Mercredi	Travail technique individualisé frappe/défense Défense collective Prépa physique	Affrontements Défense collective Prépa physique	Affrontements/Bullpens Prépa physique
Jeudi	Travail technique individualisé frappe/défense Défense collective Agilité/Course	Affrontements Défense collective Travail technique individualisé frappe/défense	Situations de match ou affrontements Travail technique individualisé
Vendredi	Travail technique individualisé frappe/défense Prépa physique	Travail technique individualisé frappe/défense Prépa physique	Travail technique individualisé frappe/défense Prépa physique

**Samedi &
Dimanche**

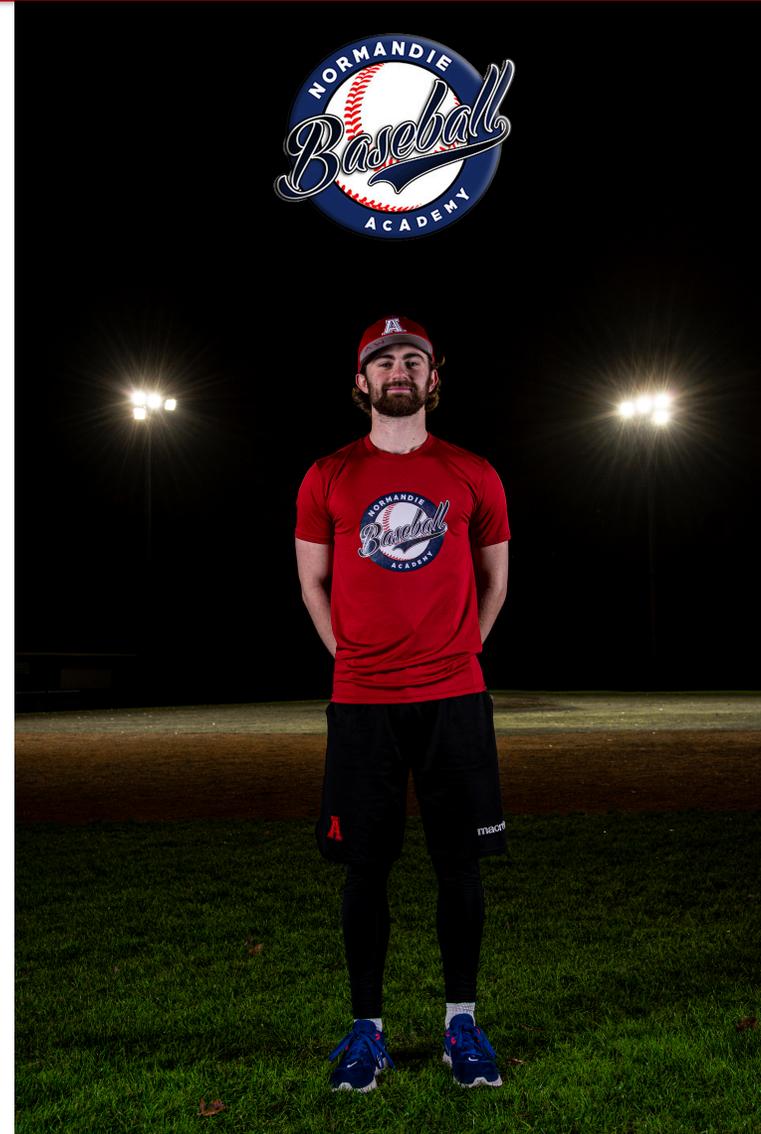
Récupération

Compétitions

Tarifs de l'année 2020/2021

Externat

- 1200 euros à l'année et comprend :
 - Séances quotidiennes de baseball et de préparation physique



Pour plus d'informations :



Keino PEREZ : keino_perez@hotmail.com

06 28 65 87 93