

Reprise Basket Saison 2015 - 2016

		9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
Lundi 17	Août											Seniors M 1 et 2 (horaires à déterminer)			
Mardi 18	Août											Seniors F (horaires à déterminer)			
Mercredi 19	Août											Seniors M 1 et 2 (horaires à déterminer)			
Jeudi 20	Août											Seniors F (horaires à déterminer)			
Vendredi 21	Août											Seniors M 1 et 2 (horaires à déterminer)			
Samedi 22	Août														
Dimanche 23	Août														
Lundi 24	Août	Stage U 17 (prépa physique + travail de fondamentaux)										Seniors M 1 et 2 (horaires à déterminer)			
Mardi 25	Août	Stage Fondamentaux + Cardio , U13 à U17					Stage Fondamentaux + Cardio , U13 à U17					Seniors F (horaires à déterminer)			
Mercredi 26	Août	Stage U 17 (prépa physique + travail de fondamentaux)										Seniors M 1 et 2 (horaires à déterminer)			
Jeudi 27	Août	Stage Fondamentaux + Cardio , U13 à U17					Stage Fondamentaux + Cardio , U13 à U17					Seniors F (horaires à déterminer)			
Vendredi 28	Août	Stage U 17 (prépa physique + travail de fondamentaux)										Seniors M 1 et 2 (horaires à déterminer)			

Horaires à déterminer Entraînements Seniors Masculins : Prépa Physique et travail individuel + collectif **encadré par Bernard Guillou**

Horaires à déterminer Entraînements Seniors Féminins : Prépa physique et travail individuel + collectif **encadré par Yannick Besly**

9h30 à 12h00 Stage de reprise pour la catégorie U17 : prépa physique, fondamentaux individuels off/déf et pré collectifs, jeu à 3, cohésion de groupe
Encadré par Maxime Tanter

10h00 à 12h00
14h00 à 16h00 Stage de reprise ouvert aux catégories U13, U15 et U17 : cardio, travail de fondamentaux individuels sous forme d'ateliers
Encadré par Maxime Tanter

A partir du lundi 31 Août, toutes les catégories reprendront les entraînements comme définis sur le planning d'entraînements (transmis ultérieurement) et ce pour le cours de la saison

