



PLANNING DES ENTRAINEMENTS 2019-2020

CTC Pays Pourpré Basket

	Cosec									Charlet									Batailles									Bedée									Talensac									Pleumeleuc								
	horaire			catégories			encadrement			horaire			catégories			encadrement			horaire			catégories			encadrement			horaire			catégories			encadrement			horaire			catégories			encadrement											
	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement	horaire	catégories	encadrement																					
lundi	17h30-19h	U11 F1 F2 F3 / U13 F3	Gwen & Jean	Observation CEC CEC sur convocation évolution possible en cours de saison									20h30-22h30	Loisirs	Thierry M.	lundi																																						
	19h-20h30	U13 G1 G2	Gwen & Aymeric																																																			
	20h30-22h30	SG1 SG2	Laurent et Alban																																																			
mardi	16h45-18h	U11 G1 G2 G3	Manu & Gwen	Observation Shooting club sur convocation									mardi																																									
	18h-19h15	U13 F1 F2	Gwen & Amélie																																																			
	19h15-20h30	U17 F1 F2 F3	Gwen																																																			
	20h30-22h30	SF1 SF2	Mathieu & Jean																																																			
mercredi	13h-14h15	U7 U9 F	Manu & Jean	Synthèse U13F1 2+1 U15F1 1+1 U17F1 2 1 U11G1 1+1 U13G1 2+1 U17G1 2+1 observation : séance d'1h30 Corps de séance d'1h, échauffement 15' avant ; renforcement musculaire 15' après									mercredi																																									
	14h15-15h30	U13 F1 / F2	Manu																																																			
	15h30-16h45	U 11 G1 / U13 G3 G4	Manu																																																			
	16h45-17h45	U15 G2 G3	Gwen et Jean																																																			
	17h45-18h45	U13 G1 / U15 G1	Gwen et Jean																																																			
	18h45-19h45	U15 F1 F2	Gwen et Jean																																																			
	19h45-21h	U17 G1 G2	Gwen et Jean																																																			
	21h-22h30	SG3 SG4 SG5	Gwen																																																			
jeudi				17h-18h15	U9 G1 G2 G3	Gwen Manu Jean Alexandre	jeudi																																															
				18h-19h30	C.E.C. U11 / U13	Gwen, Aymeric, Jean & animateurs																																																
				19h30-20h45	U15 G1 / U17 G1	Gwen																																																
				20h30-22h30	SG1 SG2	Laurent et Alban																																																
vendredi				19h30-20h30	C.E.C. U15/U17	Manu, Jean & animateurs	vendredi									19h-20h15	U17 D4	Max																																				
				20h30-22h	SF1/SF2	Mathieu & Jean										21h-22h	shooting club	collectif	19h30-20h30	U17 D2	Tat																																	