



PÔLES ESPOIRS BASKET-BALL HAUTS-DE-FRANCE

FIL ROUGE SAISON :

Définir, perfectionner et exprimer son identité

Programme semaine 21 du 23-mai au 27-mai 2022

U14 U15 : recharger les batteries, entraînement d'entretien

U15 **Sélectionnés TIP Final : les détails font la performance, la performance fait les médailles**

Fil rouge semaine : Remplacer les entraînements par des révisions

Lundi matin

23-mai

	Amiens Filles	Amiens Garçons	Wattignies Filles	Wattignies Garçons
Informations diverses	Réunion d'Equipe Technique Régionale - pas d'entraînement			
Repas	12h30-13h00	12h30-12h50	12h10-12h40	12h10-12h40
Sieste	/	/		

Lundi soir

	Amiens Filles	Amiens Garçons	Wattignies Filles	Wattignies Garçons
Informations diverses	Réunion d'Equipe Technique Régionale - pas d'entraînement			
Repas	19h10-19h30	19h10-19h40	20h00-20h25	20h00-20h25
Activités annexes				
Etudes	19h45-20h45	St Martin	19h45-20h30	St Martin
			20h30-21h30	CREPS
			20h30-21h30	CREPS

Mardi a-midi

24-mai

	Amiens Filles	Amiens Garçons	Wattignies Filles	Wattignies Garçons
Informations diverses	Réunion d'ETR			
Repas	12h30-13h00	12h30-13h00	12h50-13h20	12h30-13h20
Sieste			13h30-14h15	13h30-14h30
Activités annexes				14h45-15h45
Informations intervenant				
Etudes				15h45-16h45
Entraînement	15h45-18h30	(TV)	15h45-18h30	PEBB
Thème de la séance	Pôle Filles	Pôle Garçons	Pôle Filles	Pôle Garçons
Objectifs			ICI PB dans jeu à 3	Situation de surnombre
			Alternance jeu demi-terrain	Contrôle du rythme
Etudes			17h30-18h30	PEBB
Activités annexes	17h30-18h45			
Repas	19h-19h30	19h10-19h40	19h30-20h30	20h00-20h30
Etudes	19h45-20h45	St Martin	19h45-20h30	St Martin

Mercredi a-midi

25-mai

	Amiens Filles	Amiens Garçons	Wattignies Filles	Wattignies Garçons
Informations diverses	Pas d'entraînement pour faciliter le retour en famille			
Repas	12h30-13h00	12h30-13h00	12h50-13h20	12h30-13h00
Sieste	13h15-14h15	13h15-14h15	13h30-14h15	13h15-14h15
Etudes				
Entraînement			15h00-17h00	(BB,NS)
Thème de la séance			Pôle Mixte	Pôle Mixte
Objectifs			Jeu de fixation	Jeu de fixation

Jeudi matin

26-mai

	Amiens Filles	Amiens Garçons	Wattignies Filles	Wattignies Garçons
Informations diverses	Férial - Etablissement scolaire fermé - pas d'entraînement			

Jeudi après-midi

	Amiens Filles	Amiens Garçons	Wattignies Filles	Wattignies Garçons
Informations diverses	Férial - Etablissement scolaire fermé - pas d'entraînement			

Vendredi matin

27-mai

	Amiens Filles	Amiens Garçons	Wattignies Filles	Wattignies Garçons
Informations diverses	Férial - Etablissement scolaire fermé - pas d'entraînement			