

CAMP 23 CLASSIC

	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
	25-août	26-août	27-août	28-août	29-août	30-août	
7h30	TRAJET ALLER	Lever	Lever	Lever	Lever	Lever	
8h00		Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	
8h30		Trajet salle basket	Trajet salle basket	Journée OFF Entraînement	Trajet salle basket	Trajet salle basket	
9h00		Groupe 1 entrainement Groupe 2 observation des protocoles	Entrainement Centre de Perfectionnement - 2 groupes	Salle de réunion - Quizz Culture Basketball Visionage de deux reportages ou match Euroleague	Entrainement Centre de Perfectionnement - 2 groupes	Entrainement commun 90'	
9h30							
10h00		Groupe 2 entrainement Groupe 1 récupération en chambre	Transport IRFJS	Transport vers Jouillat	Concours adresse LE 23 BANK		
10h30							
11h00		Transport IRFJS	Transport IRFJS	Transport IRFJS	Transport Courtille		
11h30							
12h00		Repas	Repas	Repas SPORT NATURE	Repas	Repas Pique -Nique Courtille	
12h30		Sieste	Sieste	Sortie SPORT NATURE de JOUILLAT - Mise en place des groupes par activité	Sieste	Transport salle basket	
13h00		Accueil et présentation du camp aux parents	Entrainement commun - Développement individuel + Pré collectif		Séance Pré collectif Groupe 1	Entrainement commun - Développement individuel + Pré collectif	PLAY OFF et finales concours adresse
13h30							
14h00		Règle de vie Joueurs	Séance Pré collectif Groupe 2		Retour IRFJS	Douches	
14h30							
15h00		Evaluation de tous les pratiquants	Douche	Retour IRFJS	Sortie Mac Donald de Guéret - Transport et Temps de repas		
15h30							
16h00	Retour IRFJS	Retour IRFJS	Retour IRFJS	Retour IRFJS	TRAJET RETOUR		
16h30							
17h00	Matches	Etirements - Relaxation	Repas	Repas			
17h30	Retour IRFJS	Retour IRFJS	Photo de groupe Tenue Off	Retour IRFJS			
18h00	Douche + installation chambre	Repas + repos	Jeu en gymnase le BEACH BASKET	Bilan journée Coach			
18h30	Repas	Concours adresse LE HACHA DRILLS	Bilan journée Joueur	Bilan journée Coach			
19h00							
19h30	Entrainement individuel	Coucher	Coucher	Coucher			
20h00	LF SERIES	Coucher	Coucher	Coucher			
20h30	Bilan 1/2 journée	Coucher	Coucher	Coucher			
21h00	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher			
21h30	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher			
22h00	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher			