

PLANNING DE LA SEMAINE DE TRAVAIL BASKET

JOUR	COACH	9h15 A 9h30	9h30 A 11h30	17h30 A 18H30	20h30 A 21h30	COACH	21h30 A 22h30
LUNDI		Reveil musculaire en haut	Fondamentaux Individuels	30' Pré-Collectif	3X3	Guillaume/Pierrick	Match
MARDI					Concours 2 et 3	Ilyes/Clément	Match
MERCREDI					3x3	Guillaume/Pierrick	Match
JEUDI					Concours 1 et 4	Morgan/Joris Solene/Amandine	Match
VENDREDI					Match	REPAS ET BOUM	