

Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

	7h Petit-déjeuner	7h Petit-déjeuner	7h Petit-déjeuner	7h Petit-déjeuner	7h Petit-déjeuner
	Réveil musculaire	Analyse Vidéo	Activités / jeux	Analyse Vidéo	Journée à Bournol
	9h30-11h Entrainement	Activités / jeux	Entrainement et rencontre avec les joueurs pros	9h30-11h Entrainement	9h30-11h Entrainement A Bournol
	Activités / jeux	11h-12h30 Entrainement		Repos	Visite des installations
	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
	Spécifique gardiens de but	Arbitrage	14h -15h30 Entrainement	Spécifique gardiens de but	Tournoi à Bournol Départ 16h
16h Accueil des stagiaires	15h30 -17h Entrainement	Préparation physique Motricité	Activités récréatives	Préparation physique Motricité	
	Temps libre	17h -18h30 Entrainement		17h -18h30 Entrainement	
Diner	Diner	Diner	Diner	Diner	
Matches Evaluation	Matches	Matches	Matches	Matches	



* Planning prévisionnel - sous réserve de modifications

EDITION 2023