



Pôle Espoir/CER Masculin LCVLHB

Date	Nom	Lundi										Mardi										Mercredi										Jeudi										Information joueurs		Nombre de séance	
		12h/13h		12h/13h		13h/14h		15h30/17h00		17h30/19h15		18h30/19h45		10h30/12h00		15h30/17h00		17h30/19h15		17h30/19h00		17h30/19h15		18h30/19h45		19h30/19h00		10h30/12h		10h30/12h00		15h30/16h30		17h/18h		18h15/19h45		19h30/19h00							
		Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation	Musculation						
DISTANCEL semaine																																													
2003	GANNAC-GERFILS	CHRISTIANE	Bac Blanc																																										
	MARTIN	JORAN	Bac Blanc																																										
2004	JARDINER	Eduard	1																																										
	SOLEIL	Jos GB																																											
2005	ELLEROD	barbette																																											
	SEVAT	Sacha GB																																											
2006	LEGER-LOUCHE	HENRI JEAN																																											
	GRÉMAU	PO																																											
2007	JACUEN	Victor GB																																											
	MARCHEMONT	Alexis																																											
Total			4	10	5	1		10			0	0	16			0	0	0	0	14	0	12	0	0		11	4	3	16	22			0	8											
											Dsher 20H00		X																				Dsher 20H00		8										
		Médecin Jean-Yves 17H30 et kiné Camille 18H00										Kiné: Benoît 17H30										Kiné Serge 17H30										Médecin Jean-Yves 17H15 Kiné Camille 18H15													

Information Pôle :

En raison de la situation sanitaire du moment et de l'accès non autorisé pour une partie de nos garçons. Nous essayons de trouver des solutions pour garder un contact avec tous.

1. Pour les collégiens : Nous arrivons à travailler avec eux tous les jours du fait que nous disposons d'un plateau extérieur et surtout des heures aménagées de 15h30/17h00 que l'établissement nous met à disposition.
 Cette semaine nous avons pu nous entraîner deux fois au niveau du Handball et nous commençons un travail en salle sur l'analyse vidéo. Ce travail va leur permettre de comprendre notre activité globalement et comment nous pouvons à partir des images sortir des statistiques classiques de match et de les faire réfléchir pour dégager des axes de travail.
 Pour finir la semaine, jeudi soir le professeur d'EPS du Pôle, leur a proposé un travail de 45mn de sprints et de bondissements à l'internat. Je tiens à signaler que les garçons restent motivés et investis malgré les conditions difficiles surtout à s'entraîner en extérieur (vent, froid, etc).... Merci à eux pour leurs sérieux et leurs implications toute la semaine.

2. Pour les lycéens (non autorisés en lieu clos) : la situation est différente car les horaires d'entraînements que nous disposons avec eux, sont les mêmes que leurs camarades qui peuvent avoir accès à la salle avec nous. Nous proposons malgré tout avec le staff, les deux créneaux en visio, renforcements musculaire lundi et mercredi (avec nos préparateurs physiques) et comme les collégiens, un autre moment en extérieur le jeudi soir de 17h00 à 18h00, si les conditions météo le permettent. Je sais que la situation est difficile pour eux, mais nous sommes évidemment engagés à trouver les meilleures solutions, dans la mesure du possible, afin qu'ils trouvent une place au sein de notre structure dans cette période de pandémie mondiale que nous traversons tous actuellement.