

Planning Pôle Espoirs Filles Orléans - Du lundi 05/09 au jeudi 08/09

Semaine précédente		Lundi					Mardi					Mercredi					Jeudi					TOTAL							
		Lieux	B 1	B 1	B 1	B 1	F	R	R	B 1	B 1	B 1	B 1	F	P	B 2	B 2	F	F	A	C		R	B 1	F				
Resseinti joueuses		Horaires	16H40 18H30	17H30 18H30	18H30 20H00	18H30 19H30	7H15 8H40	11H15 12H30	12H20 13H45	16H15 17H45	17H45 18H30	16H45 17H45	18H30 18H30	7H15 8H40	11H30 13H00	14H30 16H00	15H30 17H00	16H30 17H30	17H30 18H30	17H30 19H00	12H00 13H30	12H25 13H45	16H20 18H00	16H20 18H00					
Niveau de... (/10)		Thème	HB	Prépa. Phys.	HB	Prépa. Phys.	Musc.	HB	HB	HB	Prépa. Phys.	HB	HB	Musc.	HB	HB	HB	Course	Renf. Muscu.	HB	HB	HB	HB						
Fat.	Sat.	In.																											
Reprise Pôle Espoirs	AMTOT	Zainab	1			1							1													7			
	BERTHELOT	Chloé	1			1							1													7			
	CARQUET	Maily	1			1							1													6			
	DEFAUX	Perla	1			1							1													7			
	FUDHI	Jade	1			1							1													7			
	GAMEL	Lizéa	1			1							1													7			
	GOMES	Andréa	1			1							1													7			
	GUEGAN	Cali	1			1							1													7			
	GUEGAN	Mila	1			1							1													7			
	HOLLANDE	Anna	1			1							1													7			
	KAJIO	Leslie	1			1							1													7			
	LAPORTE	Julia	1			1							1													7			
	LE GAL	Leelou	1			1							1													7			
	MAUNOURY	Enola	1			1							1													7			
	PEMBELE	Princesse	1			1							1													6			
	RAKOTOVELO	Maïa	1			1							1													7			
	SOUTADE	Lou-Ann	1			1							1													7			
	BESSAH	Lyna	1			1							1													8			
	CAMARA	Fatoumata		1	1			1		1	1							1							1	8			
	LOMBINDO	Laura-Lyne		1	1	1			1		1							1							1	8			
	MARCHAND	Lucie	1			1					1							1		1					1	8			
	MBAU TAMB	Angèle		1	1				1		1							1							1	8			
	MEUNIER	Lena	1			1					1							1		1					1	8			
	MILOSAVLJEVIC	Léana	1			1		1		1								1							1	8			
	ROUSSEL	Zoé		1	1				1		1							1							1	8			
	SALL	Haby		1	1				1		1							1							1	8			
	VINCON	Apolline		1	1				1		1							1							1	8			
	VAMA	Mara		1	1					1	1							1							1	7			
	MUNANOVA	Juliana		1	1				1		1							1							1	8			
	CHAUVOT	Lisa		1	1				1									1							1	7			
	GOMIS	Séane		1	1				1									1							1	7			
	HAMDAOUI	Naïla		1	1				1									1							1	7			
HOUGET	Chloé		1	1				1									1							1	7				
JOUBERT	Mélanie		1	1				1									1							1	7				
BENDEGUE	Karlène		1	1						1	1						1							1	7				
KANOUTE	Boula		1	1						1	1						1							1	7				
BONDIS	Kellyha			1				1			1						1							1	7				
EM'SSEY-MBOKO	Célya			1				?			1	1					1							1	6				
PORTUT	Faustine			1				1			1	1					1							1	7				
RIBEIRO	Lola			1				1			1	1					1							1	7				
RIFFAUD	Léane			1				1			1	1					1							1	7				
RIMAUD	Léonie			1				1			1	1					1							1	7				
Fat.=Fatigue	TOTAL PRESENTES		21	15	21	0	13	5	12	12	8	8	29	6	0	8	10	23	18	20	0	0	0	0	15	13	24	0	0
Sat.=Saturation	BLESSEES PRESENTES		2	2	4	2	1	1	4	4	1						1	5	1	1					1	4	5		
In.=Investissement	VALIDES PRESENTES		19	13	17	19	0	12	5	11	8	4	8	28	6	0	8	18	17	19	0	0	0	0	14	9	19	0	0

Lieux des entraînements	B 1	Barthélémy 1	R	Claude Robert
	B 2	Barthélémy 2	F	Franklin
	C	Chêne	P	Palais
	A	Auger		

Bilan semaine précédente	<ul style="list-style-type: none"> Stage EPS effectué au Lycée Benjamin Franklin Bilans médicaux effectués
Semaine prochaine	<ul style="list-style-type: none"> Début des entraînements avec le Pôle Espoirs

