



Avirons Basket Club
-ABC-

Procès Verbal

Assemblée Générale

AVIRONS BASKET CLUB

16 Juin 2018

RAPPEL DE L'ORDRE DU JOUR

Rappel des statuts ABC votés en AG extraordinaire le samedi 24 février 2018

1°) Rapport moral du président

- Bilan de la saison sportive - compte rendu sportif des entraîneurs -
- Retour sur les différentes manifestations 2017- 2018

Approbation du rapport moral du président

2°) Rapport financier

- Bilan financier compte de résultat
- Budget prévisionnel
- Emploi salarié ABC 24h/semaine

Approbation du rapport financier

3°) Organisation de la prochaine saison 2018 – 2019

- Sur le plan sportif
- Sur le plan du fonctionnement du club

4°) Election des nouveaux membres

- Bureau directeur
 - Comité directeur
- et inscription aux Commissions*

5°) Récompenses pour les jeunes bénévoles

6°) Questions diverses

Cette assemblée sera clôturée par le verre de l'amitié et par un montage photos & vidéos relatant la «*Journée Parents-Enfants* ».

Le **samedi 16 juin 2018**, à 14h00, les membres de l'association ABC se sont réunis à la salle des fêtes du Ruisseau aux Avirons, en Assemblée Générale Ordinaire sur convocation du président.

Les présents :

- Président M. Jean-Pierre Grondin
- Trésorier M. Eric Francia
- Secrétaire et secrétaire de séance Laurent Clodic
- Présence de parents et de licenciés jeunes joueurs
- Les entraîneurs : M. Lucas Thérèzo, M. Jérôme Sombrun, M. Laurent Clodic et Mme Delphine Simonneau
- Les 2 responsables de la section 3x3 : M. Yannick Nénez, M. Florent Labeille

On note la présence de Jean-Hugues LESQUELIN, 3^{ème} adjoint et élu au sport de la municipalité.

L'Assemblée était présidée par M. Jean-Pierre GRONDIN, président de l'association.

Plus de la moitié des membres étaient présents ou représentés. L'Assemblée a donc pu valablement délibérer.

L'ordre du jour a été rappelé par le Président ainsi que les statuts ABC votés en AG extraordinaire le samedi 24 février 2018.

En préambule le président précise que pour lui c'est une très bonne saison. Il redonne le nombre de licenciés ABC : 112 et remercie bénévoles, parents, enfants pour leur engagement.

➤ Temps forts de la saison ABC 2017-2018

Cf site internet ABC «*Evènements passés*»

<https://www.avironsbasketclub.re/evènements/evènements-passes-.html>

> championnats U13 région / U15 département / U11 / plateaux mini basket

> 2 formation OTM – arbitrage

> 1 tournoi mini basket organisation ABC

> 1 tournoi 3x3

> des temps évènements ABC extra basket : marche & pique – nique

> **Une journée « parents-enfants »** (bilan disponible au besoin) : journée importante du 12 mai 2018 avec plus de 80 personnes. Moment d'échange et de convivialité autour du basket. Evènement faisant partie de la validation du BPJEPS de Lucas Théréo en apprentissage cette année au club.

Reportages vidéos et photos sur le site internet ABC :

<https://www.avironsbasketclub.re/galerie-photos-et-vidéos/photos-saison-2017-2018-/journée-parents-enfants-.html>

> LABEL FFBB (Fédération Française de basket Ball) MINI BASKET espoir

« *Je soussigné, Jean-Pierre SIUTAT (Président FFBB), certifie que l'association sportive **AVIRONS BASKET CLUB - 339D005** dont le siège se situe à AVIRONS a obtenu le label Espoir Mini par décision du Comité Directeur de la Fédération Française de BasketBall pour la saison 2017 - 2018.* »

- **Bilan sportif** (Lucas Théréo, Jérôme Sombrun, Delphine Simmoneau, Yannick Nénez et Florent Labeille)

MINI BASKET

Objectifs sportifs - techniques

> Aisance avec la balle

> Adresse

> Fondamentaux Tirs ; Passes ; Dribbles

Objectifs savoir-être (attitudes -comportement social, citoyen ...)

> Politesse (Dire bonjour ; Respect des encadrants et des camarades)

> Discipline et rigueur

Nous avons pu participer à la totalité des tournois de cette année, c'est la continuité de l'amélioration de notre encadrement et notre structuration. Il y a également eu de belles prestations de nos jeunes, ainsi qu'une participation constante des parents. Parents que nous tenons à remercier pour l'accompagnement, et l'aide qu'ils nous ont apportée.

Les points perfectibles :

- Régularités des présences
- Réactivité au niveau des mails
- Instauration quotidienne d'une ou plusieurs visites du site internet ? pas compris
- Présence au club en dehors des entraînements (Matches)
- Rôle de spectateur à développer, surtout pour aller applaudir les jeunes qui prennent du temps pour les entrainer (U13 et U15) !

Remerciements : Sébastien Vanderberg , JP Rebondy & Eric pour leur aide toute l'année, et leurs investissements.

U13 Masculins Région

Objectifs sportifs - techniques

- > Jeu rapide & Transition
- > Fondamentaux Appuies ; Tirs ; Passes ; Dribbles ;
- > 1 vs 1
- > Adresse
- > Début d'organisation collective

Objectifs savoir-être (attitudes -comportement social, citoyen ...)

- > Discipline & Rigueur
- > Ponctualité
- > Respect
- > Dépassement de soi

Bilan de la première phase : 5 victoires-9 défaites

Bilan de la deuxième phase : 6 victoires – 0 défaites

Bilan de la saison : 11 victoires – 9 défaites

Objectif du début de saison : ~~Poule des As~~ (Objectif non atteint)

Nous terminons cette saison avec un bilan positif, mais malheureusement, un objectif non atteint. Non pas par un manque de capacités ou de moyens, mais surtout un manque de confiance de nos jeunes. Nous avons eu des félicitations de plusieurs coaches (BCD/SPBB/AO) qui nous promettent un bel avenir et un beau parcours. Cependant, malgré les énormes progrès réalisés sur le plan mental, le chemin reste encore long avant qu'ils ne réalisent tous que nous pouvons faire de belles choses.

Toutefois ce fût une belle saison, une belle équipe, plaisante à entraîner. Nous avons encore été très présents lors du challenge benjamins avec 2 jeunes (**Tom CLODIC & Adrien DENNEMONT**) dans les 10 premiers sur environ 60-70 personnes, **Tom CLODIC** qui a fait partie de la sélection u13 de la Réunion, succédant à **Ugo CLODIC & Jade POUNOUSSAMY**, en espérant que cela se poursuive l'année prochaine. Nous avons aussi le plaisir de vous informer que l'ABC comptera parmi ses licenciés un jeune du Pôle, en la personne d'**Enzo METANIRE** qui a réussi les tests d'entrée.

Notre but premier est la formation du joueur, sur ce plan, cette saison est un succès en partie grâce à l'émulation et la compétition dans un esprit club convivial. (Concept d'identité club)

Je tiens personnellement à remercier les parents de leur présence à chaque match, une de nos plus grandes forces. Merci pour votre soutien, et votre confiance à notre égard.

U15 Masculin Département

Objectifs sportifs - techniques

- > Fondamentaux Appuis ; Tirs ; Passes ; Dribbles
- > Jeu rapide ; Transition & Organisation collective
- > Adresse

Objectifs savoir-être (attitudes -comportement social, citoyen...)

- > Rigueur & Discipline
- > Goût de l'effort
- > Ponctualité
- > Respect
- > Reconnaissance

Bilan de première phase : 6 victoires – 5 défaites

Bilan de deuxième phase : 4 victoires – 3 défaites

Bilan de la saison : 10 victoires – 8 défaites

Objectif de la saison : Champion U15MD (Objectif non atteint)

Une saison compliquée, un groupe composé uniquement de 10 joueurs, énormément de blessures (liée à la croissance ; accidents ; etc..). Bilan malgré tout positif, de gros progrès individuellement et sur le plan mental. Comme annoncé aux joueurs, le retour après chaque match était « *Y'a moyen* » mais un peu tard pour s'en rendre compte. Beaucoup d'appréhension de leur part. Un vrai groupe s'est formé. Groupe plaisant, motivé, persévérant et toujours prêt à rendre service !

Le meilleur reste à venir ... mais le plus dur aussi !!

Un grand merci à **Vincent MAZEAU & Nicolas ICHANE** pour leurs participations à notre saison ! Nous vous souhaitons bonne chance pour la saison prochaine, en espérant vous retrouver ensuite.

3 x 3 adultes (par Yannick Nenez et Florent Labeille)

Une quinzaine de joueurs sur les plateaux le lundi et vendredi soir. Temps forts : tournoi 3x3 ABC du 2 juin 2018 : <https://www.avironsbasketclub.re/galerie-photos-et-videos/photos-saison-2017-2018/tournoi-3x3-abc.html>

L'Assemblée Générale adopte la délibération du rapport moral président (et sportif) à l'unanimité.

2°) Rapport financier -rapport d'activité financier-

Avirons Basket Club - Période du 01/07/2017 au 30/06/2018 (document généré le 16/06/2018)

Compte	Intitulé	Cumul débit (€)	Cumul crédit (€)	Solde débit (€)	Solde crédit (€)
110000	Report à nouveau (solde créditeur)		3 702,85	0,00	3 702,85
TOTAL CLASSE 1		-	3 702,65	-	3 702,65
TOTAL CLASSE 2		-	-	-	-
TOTAL CLASSE 3		-	-	-	-
401000	Fournisseurs	22 926,01	22 926,01		
411000	Clients	31 254,88	31 254,88		
488000	Charges constatées d'avance	702,00		702,00	0,00
487000	Produits constatés d'avance		9 500,00	0,00	9 500,00
TOTAL CLASSE 4		54 882,89	63 680,89	-	8 798,00
511200	Chèques à encaisser	600,00	600,00		
512001	Banque - Compte principal	33 742,53	22 230,15	11 512,38	0,00
531001	Caisse - Compte principal	1 215,00	695,86	519,14	0,00
TOTAL CLASSE 5		35 557,53	23 526,01	12 031,52	-
601000	Achats de matières premières (ex : boissons, alimentation)	1 482,54		1 482,54	0,00
604000	Achat de prestations de service	520,41		520,41	0,00
608300	Petit matériel (<600€) ou fournitures pour activités	3 521,23		3 521,23	0,00
608400	Fournitures administratives (ex : papeterie, fournitures bureau)	907,87		907,87	0,00
607000	Achat de marchandises revendues telles quelles (ex : T-shirts)	150,06		150,06	0,00
611000	Sous-traitance (ex : ménage, traiteur, logiciels, animation)	222,70		222,70	0,00
616000	Primes d'assurances (ex : assurances de l'association, responsabilité civile, incendie)	289,21		289,21	0,00
621100	Frais d'arbitrage	657,56		657,56	0,00
623400	Récompenses et cadeaux	454,50		454,50	0,00
625000	Déplacements, missions et réceptions	1 550,00		1 550,00	0,00
625100	Voyages et déplacements	304,00		304,00	0,00
625200	Frais de restauration	135,30		135,30	0,00
625300	Frais d'hébergement	2 162,37	702,00	1 460,37	0,00
626000	Notes de frais - Frais postaux et télécommunication	93,32		93,32	0,00
627000	Services bancaires	22,48		22,48	0,00
641000	Rémunérations du personnel	7 886,74		7 886,74	0,00
645000	Charges de sécurité sociale et de prévoyance	103,00		103,00	0,00
658000	Charges diverses de gestion courante	50,00		50,00	0,00
658100	Achat de licences	2 325,72		2 325,72	0,00
658300	Frais de stages de formation (ex : athlètes, cadres)	25,00		25,00	0,00
671200	Amendes et pénalités	62,00		62,00	0,00
TOTAL CLASSE 6		22 926,01	702,00	22 224,01	-
741000	Subvention - Etat		5 000,00	0,00	5 000,00

Compte	Intitulé	Cumul débit (€)	Cumul crédit (€)	Solde débit (€)	Solde crédit (€)
741700	Subvention - Ministère des Sports et CNDS		1 500,00	0,00	1 500,00
744300	Subvention - Commune	9 500,00	10 500,00	0,00	1 000,00
754000	Dons et Collectes		600,00	0,00	600,00
756000	Adhésions		13 654,88	0,00	13 654,88
TOTAL CLASSE 7		9 500,00	31 254,88	-	21 754,88
861000	Mise à disposition gratuite de biens	102,88		102,88	0,00
876000	Dons en nature		102,88	0,00	102,88
TOTAL CLASSE 8		102,88	102,88	-	-

TOTAUX	Cumul débit (€)	Cumul crédit (€)	Solde débit (€)	Solde crédit (€)
Total Bilan	90 440,42	90 909,55	0,00	469,13
Total Charges	22 926,01	702,00	22 224,01	0,00
Total Produits	9 500,00	31 254,88	0,00	21 754,88
Total Gestion (charges + produits)	32 426,01	31 956,88	469,13	0,00
Total Général	122 969,31	122 969,31		

Budget prévisionnel annuel

Charges		Produits	
		Montant (€)	
		Montant (€)	
60	Achats Matières premières Fournitures d'activité Energie (eau, électricité, gaz)	2 000 8 000	70 Ventes Ventes de produits finis Rémunération des services Prestations des usagers
61	Services externes Maintenance et réparations Locations Assurances Documentation, abonnements, études	300 300	71 Production stockée 72 Production immobilisée
62	Autres Services externes 621100 - Frais d'arbitrage 625000 – Déplacements et missions 625100 - Voyages et déplacements 625200 - Frais de restauration 625300 - Frais d'hébergement 626000 – Frais postaux et télécommunication 627000 - Services bancaires	1 500 5 000 400 100 1 500 200 50	74 Subventions d'exploitation 741000 - Subvention - Etat 741700 - Subvention - Ministère des Sports et CNDS 744300 - Subvention - Commune
63	Impôts, taxes et versements assimilés Taxe sur les salaires Impôts locaux Impôts fonciers Autres taxes		75 Autres produits de gestion courante Cotisations Collectes
64	Frais de personnel Salaires bruts Cotisations et prévoyance	8 000 150	14 000 600
65	Autres charges de gestion courante Affiliations Charges courantes	2 500 100	76 Produits financiers
66	Charges financières		77 Produits exceptionnels
67	Charges exceptionnelles		
68	Dotations aux amortissements et provisions Dotations aux amortissements (part annuelle de l'amortissement de l'actif immobilisé) et provisions (part des provisions annuelles à constituer pour la dépréciation de valeur de l'actif immobilisé et pour les risques et charges à venir).		78 Reprises sur amortissements et provisions Provisions constituées au bilan venant équilibrer les dotations aux amortissements et provisions.
86	Valorisation des contributions volontaires Contributions volontaires en nature (Bénévolat, Mise à disposition de biens matériels, Renoncement à remboursement de frais)	200	87 Valorisation des contributions volontaires Emploi des contributions volontaires
Total des charges		30 300	Total des produits
			30 300

IMPORTANT :

L'ABC donne suite au contrat d'apprentissage de Lucas Théréo et lui propose un contrat CDI 24h (cf annexe ci-dessous avec feuille le mission et emploi du temps)

Ce projet est co-financé par :

- Aide à l'emploi de la municipalité (subvention de 9500 euros)
- Aide à l'emploi par DJSCS (CNDS) 20000 euros sur 3 ans (8000 / 8000 / 4000)
- Une partie de la masse salariale est prise sur les licences ABC

Un projet de financement sur 5 ans a été finalisé (disponible au besoin) pour pérenniser l'emploi.

Approbation du budget : cette résolution est adoptée à l'unanimité

3°) Organisation de la prochaine saison 2018 – 2019

➤ **Sur le plan sportif**

- Volonté d'ouvrir 5 équipes notamment pour faire des « passerelles » entre U13 région et U13 département et idem en U15 + si possible ouvrir une équipe U13 filles.

- Regroupement U13 & U15 en début de saison

Les compteurs à 0

Les mêmes chances pour tout le monde

Associer : vœux ; besoins & capacités pour prendre la bonne décision

Tests

- Vitesse (Longueur du terrain)
- Endurance (Luc léger)
- Taille ; Envergure & Détente
- Résistance (Chaise)
- Jeu à 3 avec le regard porté sur : appuis / tirs / dextérité - dribbles / passes / gestion des espaces / agressivité – gnac

Entretiens : des entretiens individuels de 3 à 5 min seront mis en place, de manière à jauger la motivation des joueurs ainsi que leurs souhaits (départemental ou région). Ce sera le vœu du joueur, et une décision des entraîneurs. Intéressant pour comprendre la motivation du jeune. On peut y revenir en fin d'année et mesurer l'écart au niveau de leur discours.

- Volonté de mettre en œuvre un « *Projet technique ABC* » et de créer de la cohérence, de l'articulation entre les différentes catégories. Le salarié aura des heures allouées pour cette mission de formation et fera 3 commissions techniques pour cadrer cela.

- 2^{ème} *Stage de basket ABC* pour 30 jeunes basketteurs U11 à U15 : 16, 17, 18 octobre 2018

Stage pour renforcer les fondamentaux techniques et dynamiser une « *culture basket* ».

- Travail intensif de courte durée
- Cohésion et vie de groupe
- Expérience 100 % basket

2 nuits 3 jours (hébergement Centre de Vacances Etang Salé) 150 euros par joueurs + aide demandée de 3000 euros du CNDS. Projet qui sera travaillé en commission sportive. Laëtitia Marguin de la Ligue sera également sollicitée sur 2 jours payées en vacances.

➤ **Sur le plan du fonctionnement du club**

- Rappel : mis en place d'un contrat salarié CDI 24h pour Lucas Théréo (qui était en contrat d'apprentissage cette année).

- Proposition d'un organigramme de fonctionnement sur le plan sportif et administratif (cf en annexe ci-dessous).

- Proposition de mise en œuvre réelle des 5 commissions : sportif- technique / évènementiel / 3x3 / OTM-arbitrage / communication. Inscriptions des volontaires (membres du comité ou hors membres du comité).

- Présentation de la fiche de mission du salarié ABC (contrat CDI 24h semaines) et de son emploi du temps. Rappel du co-financement : ABC licences / mairie / CNDS.

- Présentation de la nouvelle CHARTE PARENTS- JOUEURS ABC avec des nouveaux articles.

4°) Election des nouveaux membres

- 3 nouveaux membres ont été élus au Comité directeur : Laura Fradin / Cédric Jucérand / Juliane Lorenzo
- Ceux-ci exerceront leur fonction conformément aux statuts pour une durée de 4 ans. Cette résolution est adoptée à l'unanimité.
- Présentation des 5 commissions et inscriptions des membres du comité et autres bénévoles.

5°) Récompenses pour les jeunes bénévoles

8 joueurs U13 ont été récompensés par le président pour leur investissement au niveau de l'encadrement de l' Ecole de Basket. Ils ont reçu un bon d'achat Décathlon. 3 adultes ont également été récompensés pour leur engagement : Romus, Jean Pierre Rebondy, Jeannick.

6°) Questions ou remarques diverses

Tenue ABC d'entraînement : une proposition est faite pour que le club puisse vendre des tenues ABC supplémentaires pour les volontaires. Plus simple pour gérer les différents entraînements de la semaine.

Lucas Thérézo a validé son BPJEPS avec les félicitations du jury notamment sur l'organisation de l'évènementiel « *Journée Parents- enfants* ».

.....

L'ordre du jour étant épuisé, la séance a été levée à 16h30. Il est suivi d'un pot de l'amitié offert par le club. Un montage vidéo qui retrace la journée « *Parents-Enfants* » du 12 mai 2018 est projeté en continu pendant le verre de l'amitié.

Il est dressé le présent procès-verbal de la réunion, signé par le Président de séance, le Secrétaire de séance et le trésorier.

Aux AVIRONS, le 16 juin 2018

Le Président
Jean-Pierre GRONDIN

Le Secrétaire
Laurent CLODIC

Le Trésorier
Eric Francia



CF ANNEXES CI-DESSOUS

« **Organisation & organigramme ABC 2018 – 2019** »



Avirons Basket Club
-ABC-

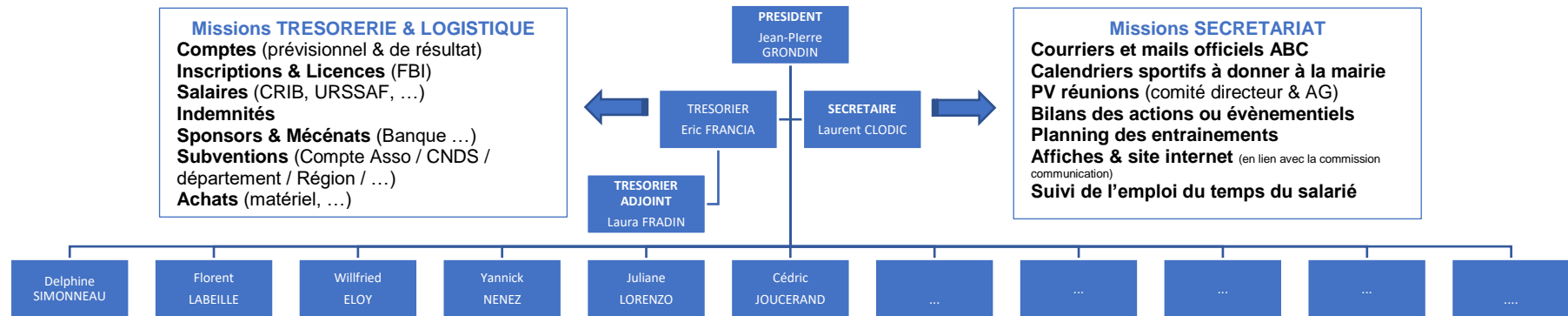


Avirons Basket Club
-ABC-

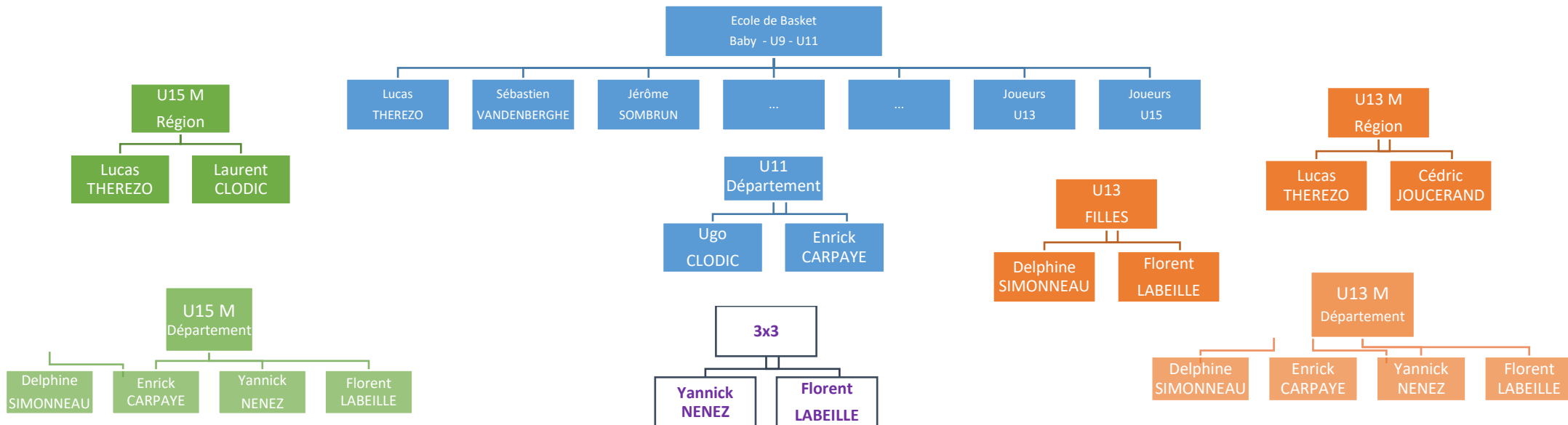
DIRIGEANTS & ENTRAINEURS

AVIRONS BASKET CLUB / Juin 2018

LES MEMBRES DU COMITE DIRECTEUR ELUS



ENTRAINEURS- COACHS





Avirons Basket Club
-ABC-

LISTE 5 COMMISSIONS & LES REFERENTS

AVIRONS BASKET CLUB / Juin 2018



Avirons Basket Club
-ABC-

①

COMMISSION TECHNIQUE (sportive)

Référent : **Lucas THEREZO**

Adjoint, membre du comité directeur : **Laurent CLODIC**

②

COMMISSION EVENEMENTIEL

Référente, membre du comité directeur : **Juliane LORENZO**

Adjointe, bénévole : **Sabrina DENNEMONT (??)**

③

COMMISSION OTM - ARBITRAGE & E-marque

Référent, membre du comité directeur : **Jean-Pierre GRONDIN**

Adjoint, membre du comité directeur : **Wilfried ELOY**

④

COMMISSION COMMUNICATION (SITE INTERNET, LIENS PARTENAIRES DONT MAIRIE, PHOTOS ...)

Référent, membre du comité directeur : **Laurent CLODIC**

Adjoint, bénévole : **Romus HOAREAU**

⑤

COMMISSION 3x3

Référent, membre du comité directeur : **Florent LABELLE**

Adjoint, membre du comité directeur : **Yannick NENEZ**

	① Technique (sportive)	② Evènementiel	③ Arbitrage & OTM (Officiel Table de Marque) <i>E-marque</i>	④ Communication (Site internet , liens partenaires dont la mairie, photos ...)	⑤ 3x3
REFERENT N°1	<i>Lucas THEREZO</i>	<i>Juliane LORENZO</i>	<i>Jean-Pierre GRONDIN</i>	<i>Laurent CLODIC</i>	<i>Florent LABELLE</i>
ADJOINT (membre du comité directeur ou bénévole)	<i>Laurent CLODIC</i>	<i>Sabrina DENNEMONT (??)</i>	<i>Wilfried ELOY</i>	<i>Romus HOAREAU</i>	<i>Yannick NENEZ</i>
Bénévole 1	Delphine SIMONNEAU	Diana HOAREAU		Yves RODDIER	
Bénévole 2	Enrick CARPAYE	Jannick DENNEMONT (??)			
Bénévole 3	Florent LABELLE				
Bénévole 4	Yannick NENEZ				
Bénévole 5					
Bénévole 6					
Bénévole 7					

RAPPEL
FICHE DE POSTE SALARIE : 3 MISSIONS
AVIRONS BASKET CLUB / Juin 2018

✓ **Pôle sportif**

- Conceptualiser, mettre en œuvre l'encadrement et la formation sportive des joueurs des catégories Ecole de Basket à U15 (entraînements – coaching), en concertation avec la commission technique.
Tous les entraînements seront préparés et écrits.
- Conceptualiser le « **Projet Technique ABC** » en concertation avec la commission technique
- Diriger 3 commissions techniques par an en interne.
- Conceptualiser, mettre en œuvre l'encadrement de stages « **CAMP BASKET ABC** » proposés aux licenciés de l'association en période de vacances scolaires, en concertation avec la commission technique.
- Participer à l'organisation des évènements sportifs et d'OTM-arbitrage.

Estimation à 26h semaine

✓ **Pôle administratif**

- Contribuer à la programmation des rencontres et à l'établissement du planning du week-end (à poster sur le site internet ABC) en intégrant : la planification des OTM, arbitres, responsables de salle, responsables des boissons.
- Contribuer à la gestion des reports de match, des résultats sportifs sur FBI et gestion des feuilles de matchs.
- Contribuer à la gestion des mails de l'association.
- Contribuer à la gestion du site internet du club : montage vidéos, album photo, actualités et veille sportive.
- Participer à l'organisation des opérations de convivialité : tournois, entraînements festifs, « *Basket Famille* » ...
- Contribuer à la gestion des achats nécessaires à la vie de l'association.

Estimation à 3h semaine

✓ **Pôle formation – recrutement**

- Participer à l'identification des licenciés intéressés par les formations d'entraîneurs et d'arbitres.
- Aider les jeunes entraîneurs à préparer une séance d'entraînement ou à coacher.
- Participer à l'identification des parents de joueurs potentiels bénévoles ou membres du comité directeur.

Estimation à 1h semaine

EMPLOI DU TEMPS LUCAS

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche	
8h	Récup.	Récup.		Repos Hebdomadaire	Récup.	4h Entrainement		
9h								
10h							2h Prep.	Forfait match & analyse 3h
11h								
12h								
13h								
14h	1h Prep.	1h Prep.				1h15 Formation	Forfait match & analyse 3h	
15h	1h30 admini					2h Prep.		
16h								
17h	1h30 Entrainement	2h Entrainement	4h Entrainement					2h admini
18h					1h30 Entrainement		<small>(dont FBI , feuilles de match et planning du week</small>	
19h			<small>15 min de debrief</small>					
20h								
21h								
TOTAL / 30h	4h	3h	6h15	0	4h45	7h	5h	