

Accueil des stagiaires le jeudi 7 juillet  
à 14h00 au gymnase du COSEC de Montfort/Meu.

Fin du séjour le mardi 12 juillet à 17h00.

## Staff technique

### Laurent MARMIE

Brevet d'état 1<sup>er</sup> degré basket-ball  
Entraîneur au club de Marmande (47)

### Emmanuel BRETON

Brevet d'état 1<sup>er</sup> degré préparateur physique  
Spécialisation basket-ball

### Louis TROHEL

BPJEPS APT (éducateur sportif)  
Joueur du Luçon Basket Club (85) en Nationale 2

### Geoffrey BOURCIER

Coach BBSC depuis 5 ans  
Joueur du Pays de Fougères en Nationale 3

### Christophe DOS SANTOS

Entraîneur à l'ASA Sceaux (92)  
Joueur de l'ASA Sceaux en Nationale 2

### Lucie FREY

Entraîneur et joueuse du Rennes PA

### Kévin TSHEFU

Entraîneur au Luçon Basket Club (85)  
Joueur du Luçon Basket Club en Nationale 2

### Maxime PITHOIS

Animateur et joueur de l'AS Cherbourg en Nationale 2

## Programme

- ▶ 3 à 5 heures de basket-ball par jour.
- ▶ Echauffement collectif ludique et travail des fondamentaux par groupe de niveau le matin avec différents coaches.
- ▶ Déjeuner à 12h30 pour les demi-pensionnaires.
- ▶ Concours de shoots, de dextérité, et matchs par équipe l'après-midi.
- ▶ Un suivi individualisé, l'utilisation de la vidéo, et des compétitions par niveau permettront aux stagiaires de progresser individuellement et collectivement.
- ▶ Des tests physiques sont également au programme.
- ▶ L'emploi du temps sera adapté aux capacités des jeunes basketteurs en associant aux entraînements des activités de loisirs.
- ▶ Comme chaque année, un joueur professionnel sera avec nous pendant une journée et répondra aux questions des stagiaires.  
*Clarisse MERCIER, Carole LECLAIR, Malik BADIANE, et Henri KAHUDI* nous ayant déjà fait l'honneur de leur présence lors des éditions précédentes.
- ▶ Notre souhait est de rendre cette structure accessible à tous, et de proposer un perfectionnement optimal à un tarif inférieur à ce qui se fait ailleurs.
- ▶ Horaires quotidiens : 9h-12h15 puis 14h-17h.