

BCPC HORAIRES 2024 – 2025

JOUR	HORAIRES	SALLE	TYPE DE JEU	ENTRAÎNEUR / OUVREUR
LUNDI Dès le 21.08	20h15 – 22h00	Omnisports	Jeu libre ADULTES	Michèle Martin
MARDI Dès le 29 août	20h00 – 22h00	Vuillonex	Entraînement : Perfectionnement adultes sans compétition	Corentin Gueniat Benjamin Chevalley
MERCREDI Dès le 23.08	16h00 – 17h15	Omnisports	Entraînement junior : Débutants	Adeline Pürro – Chevalley
	17h15 – 18h30	Omnisports	Entraînement junior : Expérimentés	Jérémy Graff
	18h30 – 19h45	Omnisports	Entraînement IC : équipe 4 et 5 <i>18h30 – 18h45 : échauffement</i> <i>18h45 – 19h15 : apprentissage technique ou tactique ou perfectionnement</i> <i>19h15 – 19h45 : mise en application par des matchs</i> <i>19h45 : jeu libre non encadré</i>	Arnaud Cessens
	20h00 – 22h00	Omnisports	Jeu libre Adultes et membres IC VOIR AGENDA DES IC : <i>IC sur 2 terrains</i> <i>→ Échauffement 20h00</i> <i>→ Début des matchs 20h15</i>	Capitaine équipe IC ou membre ayant la clef
 VENDREDI Dès le 25.08	17h00 – 18h15	Omnisports	Entraînement junior : Moyens	Corentin Gueniat
	18h15 – 19h30	Omnisports	Entraînement junior : Compétition	Corentin Gueniat
	19h30 – 20h30	Omnisports	Entraînement IC : équipe 1, 2 et 3 <i>19h30 – 19h45 : condition physique</i> <i>19h45 – 20h30 : travail de régularité</i>	Corentin Gueniat
	20h30 – 22h00	Omnisports	Jeu libre Adultes et membres IC VOIR AGENDA DES IC : <i>IC sur 2 terrains</i> <i>→ Échauffement 20h15</i> <i>→ Début des matchs 20h30</i>	Corentin Gueniat ou capitaine IC ou membre ayant la clef
SAMEDI	10h00 – 12h00	Omnisports	JEU LIBRE POUR TOUS <i>!! rencontre IC pour les équipes 1 – 2 -3 → voir agenda</i>	Rachel Bourquin-Guidi

Merci de consulter régulièrement l'agenda du club sur notre site afin de vous assurer de l'utilisation normale de la salle. En cas d'IC, la possibilité pour le jeu libre est réduite et un tournus des matchs doit être pratiqué.