

## Planning Pôle Espoirs Filles Orléans - Du lundi 13/03 au jeudi 16/03

Semaine précédente			Lundi				Mardi				Mercredi						Jeudi				TOTAL							
			Lieux	B 1	B 1	B 1	B 1			R	B1			F		P	B 2	F	F	F		A		C	R	R	B1	
Ressenti joueuses			17H00 18H30	17H30 18H30	18H30 20H00	18H30 19H30			12H25 13H45	16H00 20H30			7H15 8H50		11H30 13H00	15H00 17H00	16H00 17H00	17H00 18H00	17H15 18H15	16H30 20H45		12H00 13H30	11H15 12H30	12H25 13H45	16H25 18H00			
Niveau de... (/10)																												
Fat.	Sat.	In.	HB	Prépa. Phys.	HB	Prépa. Phys.			HB	Obs. France A			Muscu		HB	HB	Course	Renf. Muscu	Spé GB	Obs. France A		HB	HB	HB	HB			
Semaine allégée	DUHAMEL	Jade	1			1				1					1		1	1				1						7
	HEMBERT	Audrey	1			1				1					1		1	1				1						7
	KUZMANOSKI	Lora	1			1				1					1		1	1				1						7
	PINA	Laugane	1			1				1					1		1	1				1						7
	RADENAC	Audrey	1			1				1					1		1	1				1						7
	ROCHEREAU	Gwenn	1			1				1					1		1	1				1						7
	SALMON	Auriane	1			1				1					1		1	1				1						7
	ANDRE	Lilou	1			1				1					1		1	1								1		7
	CHEVALIER	Emma	1			1				1	1				1		1	1								1		8
	DEMBELE	Audrey		1	1					1	1				1							1				1		7
	DEMBELE	Laureen	1			1				1	1											1						4
	EMERY	Gabrielle	1			1				1	1				1		1	1								1		8
	MAROL	Ambre	1			1				1	1											1				1		5
	N'GHETA	Cornelia	1			1				1	1				1		1	1								1		8
	PEILLON	Mélina	Stage France Jeunes																								0	
	POYER	Cyrielle	1			1				1	1				1		1	1								1		8
	TOUBISSA ELBECO	Justicia	1			1				1	1				1		1	1								1		8
	VANQUELEFS	Amélie	1			1				1	1				1						1					1		6
	WAJOKA	Suzanne	Stage France Jeunes																								0	
	ARNAUD	Manon		1	1					1	1											1				1		6
JEAN ELIE	Noa		1							1											1				1		4	
RICARDO	Anais		1	1					1	1											1				1		6	
FOPPA	Pauletta	Stage France Jeunes																								0		
DIAGOURAGA	Aminata		1	1																	1				1		4	
BLIN	Apolline		1	1																	1				1		4	
BAUDENEAU	Sarah		1	1																	1				1		4	
DELALANDE	Melissa		1	1																	1				1		4	
DUBOIS	Emeline		1	1																	1				1		4	
TOTAL PRESENTES			16	9	8	16	0	0	0	8	20	0	0	0	0	15	0	13	13	0	12	0	7	0	0	17	0	0
BLESSEES PRESENTES			5	1		2									3						1				3			
VALIDES PRESENTES			11	8	8	14	0	0	0	8	20	0	0	0	0	12	0	13	13	0	12	0	6	0	0	14	0	0

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



Bilan semaine précédente	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manon Arnaud : arrêtée toute la semaine (reprise début de semaine prochaine) pour douleur au dos.</li> <li>Gwenn Rochereau : arrêtée en fin de semaine (reprise début de semaine prochaine) pour douleur épaule droite.</li> <li>Audrey Dembele : arrêtée toute la semaine pour coup au genou (reprise début de semaine prochaine).</li> </ul>
Semaine prochaine	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mardi soir : observation entraînement France A Féminine (sauf terminales) : déplacement géré par Jonathan et Delphine : se mettre en plateau repas le soir (retour internat vers 20H30).                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Bac Blanc pour les terminales.</li> </ul> </li> <li>Mercredi soir : observation entraînement France A Féminine : déplacement géré par Jonathan pour les blessées en bequille et par Aminata pour les valides en tram : se mettre en plateau repas le soir (retour internat vers 20H45).</li> </ul>