

Planning Pôle Espoirs Filles Orléans - Du mardi 10/05 au jeudi 12/05

Semaine précédente			Lundi					Mardi			Mercredi							Jeudi					TOTAL																																	
			Lieux	B 1	B1	B 1	B1			R	B1		F		A	B 2	F	F	F	A		C		R	R	B1																														
Ressenti joueuses			17H00	17H30	18H30	18H30			12H25	16H25		7H15		13H00	15H00	16H00	17H00	17H15	17H45		12H00	11H15	12H25	16H25																																
Niveau de... (/10)			18H30	18H30	20H00	19H15			13H45	18H30		8H50		17H00	17H00	17H00	18H00	18H15	19H15		13H30	12H30	13H45	18H00																																
Fat.	Sat.	In.	Thème					HB	HB		HB	HB	Muscu		Match UNSS	HB	Course	Renf. Muscu	Spé GB	HB		HB	HB	HB	HB																															
N.C			DUHAMEL	Jade																							3																													
			HEMBERT	Audrey																								3																												
			KUZMANOSKI	Lora																								3																												
			PINA	Laugane																								3																												
			RADENAC	Audrey																								3																												
			ROCHEREAU	Gwenn																								3																												
			SALMON	Auriane																								3																												
			ANDRE	Lilou																								4																												
			CHEVALIER	Emma																								5																												
			DEMBELE	Audrey																								0																												
			DEMBELE	Laureen																								5																												
			EMERY	Gabrielle																								5																												
			MAROL	Ambre																								5																												
			N'GHETA	Cornelia																								5																												
			PEILLON	Mélina																								0																												
			POYER	Cyrielle																								5																												
			TOUBISSA ELBECO	Justicia																								0																												
			VANQUELEFS	Amélie																								5																												
			WAJOKA	Suzanne																								0																												
			ARNAUD	Manon																								4																												
			JEAN ELIE	Noa																								5																												
			RICARDO	Anais																								0																												
			FOPPA	Pauletta																								4																												
			DIAGOURAGA	Aminata																								5																												
			BLIN	Apolline																								5																												
			BAUDENEAU	Sarah																								5																												
			DELALANDE	Melissa																								5																												
			DUBOIS	Emeline																								3																												
Fat.=Fatigue			TOTAL PRESENTES																								0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	23	0	0	8	0	7	0	9	9	0	6	0	0	4	0	23	0	0	
Sat.=Saturation			BLESSEES PRESENTES																																																					
In.=Investissement			VALIDES PRESENTES																								0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	17	0	0	8	0	6	0	5	9	0	6	0	0	4	0	17	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"> Emeline Dubois : entorse de la cheville (arrêt : point jeudi semaine prochaine). Reprise Audrey Hembert.
Semaine prochaine	<ul style="list-style-type: none"> Stage France Jeunes pour : A. Dembele, M. Peillon, J. Toubissa Elbeco, S. Wajoka et A. Ricardo. Mercredi après-midi : Match UNSS Qualification Championnat de France.