


BASKET ACADEMIE JEAN YOLE



COLLÈGE
CATHOLIQUE

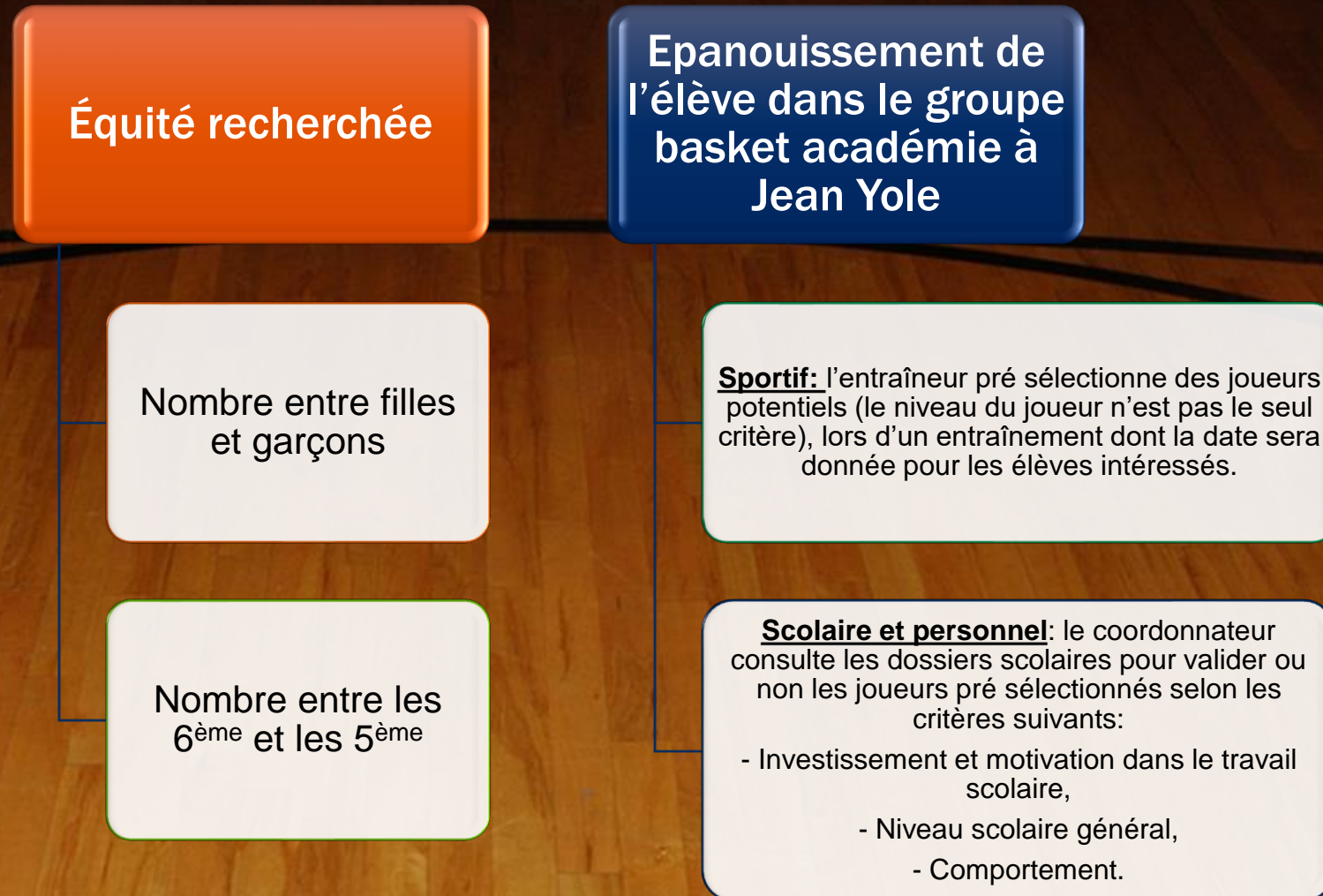


Jean Yole

Les qualités et exigences requises pour faire partie de la basket académie?

- Avoir une licence de basket en club.
- Aimer le basket et être motivé pour en faire en complément des entraînements effectués en club (engagement sur 2 ans).
- Se présenter à l'entraînement « sélection » organisé par le collège et le club partenaire.
- Être autonome et investi dans son travail scolaire (les entraînements sont sur 2 heures de travail personnel, d'où l'importance du dossier scolaire).

Ce qui conditionne la formation du groupe de la basket académie.



Les entraînements

- 2 entraînements par semaine
 - L'un fait 1h20 et
L'autre dure 1h50.
- Ils sont encadrés par un
Entraîneur diplômé.

contenu des entraînements

Développement du joueur

30% tir



10% citoyenneté



30% jeu réduit en surnombre



30% fondamentaux individuels

