

Planning Entraînement - MACG BASKET - Saison 2022-2023

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		
Salle des Mouettes	Mouty Vintage (Ancienne Salle)	Salle des Mouettes	Mouty Vintage	Salle des Mouettes	Mouty Vintage	Salle des Mouettes	Mouty Vintage	Salle des Mouettes	Mouty Vintage	Salle des Mouettes	Mouty Vintage	
				Terrain A	Terrain B					Terrain A	Terrain B	
BasketSantéSeniors 10h-11h Adrien				U5 10h - 10h45 Adrien Alban +2							U5 10h-10h45 Adrien +4	U7 10h-11h Alban +4
BasketSantéSeniors 11h-12h Adrien				U7: 11h-12h U9: 11h 12h15 Adrien - Alban - Claude- Carole Dédé-								
				U13 Filles + U11 Filles 2012 14h-15h30 Adrien - Benoit- Valérie							Match Jeunes à partir de 13h	
				U13 Gars + U11 Gars 2012 15h30-17h Adrien- Benoit -Valérie								
U9 Gars - U11 Gars 17h15 - 18h30 Adrien - Alban		U11 Filles-U9 Filles 17h15-18h30 Alban-Benoit		U15 Gars 17h-18h30 Benoit-Hugo	U15 Filles 17h - 18h30 Alban- Valérie	U11 Gars- U11 Filles 17h15-18h30 Adrien- Hugo + Claude +Bruno +Benoit		U9Gars -U9 Filles+ U11 Gars et filles 2013 17h15-18h30 Adrien-Benoit + 4				
CEC U13 Filles 18h30-19h30 Adrien	CEC U17 Gars 18h30-19h30 Alban	CEC U13 GARS 18h30-19h30 Alban-Benoit+1		U17 Gars 18h30-20h Hugo	U18 Filles 2 et 3 18h30-20h Alban	U13Filles + U13Gars 18h30-19h30 Adrien-Benoit- Hugo		U18 Filles 2 et 3 18h30-20h Alban	U15F 18h30-20h Nico	U17G 18h30-20h Benoit		
Basket Santé Parents 19h30-20h45 & 20h45-22h Adrien	CEC U18 Filles 19h30-20h30 Alban	CEC U15 GARS 19h30-20h30 Benoit	CEC U15 FILLES 19h30-20h30 Alban	Seniors Filles + U18 Filles 1 20h-21h30 Mike+Alban			Basketonik 20h-21h Benoit et ou Adrien	U15G 19h30-20h30 Hugo	Seniors Filles G1+U18F1 20h-21h30 Mike	Seniors Gars G1 20h-21h30 Adrien	U20 Gars 20h-21h30 Valérie	
	Seniors Filles 20h30-21h30 Mike		U20/ Seniors Gars 20h30-22h Adrien - Valérie				21h-22h30 3X3 U17 / U20 /Seniors Benoit		Seniors Filles G2+U18F1 21h30-23h Mike	Seniors Gars G2 21h30-23h Adrien		

Micro	2018-2019	U9	2014-2015	U13	2010-2011	U17	2006-2007	U20	2003 à 2005	B Santé SENIORS	60 ans et + ou retraité	Basketonik	A partir de 14 ans
U7	2016-2017	U11	2012-2013	U15	2008-2009	U18	2005 à 2007	Seniors	2002 et moins	B Santé Parents	18 ans et +	Basket 3X3	U17 à Seniors