

MON

LIVRET

CES TOURS BASKET



<https://www.cestours-basket.com>

**ÉCOLE DE
MINI-
BASKET**

LIVRET

NOUS AVONS LE PLAISIR DE T'OFFRIR CE CARNET DE SUIVI. IL A ÉTÉ SPÉCIALEMENT CONÇU POUR TOI.

IL T'ACCOMPAGNERA PENDANT TES ANNÉES « MINI BASKET », DE LA CATÉGORIE U7 À U11 (SOIT ENTRE 5 ET 11 ANS).

TU Y TROUVERAS PLUSIEURS INFORMATIONS ET TU POURRAS Y NOTER TES PERFORMANCES ET TES ÉVOLUTIONS ET TOUT CE QUE TU AS ENVIE.

PRENDS SOIN DE CE LIVRET ET REMPLIS-LE SOIGNEUSEMENT !!!

IL RESTERA POUR TOI LE SOUVENIR DE TES PREMIERS PAS SUR LES TERRAINS DE BASKET.

N'OUBLIE PAS, TU DOIS L'APPORTER À CHAQUE ENTRAÎNEMENT.



**STAFF
TECHNIQUE**

A handwritten signature in red ink, appearing to be 'Alfa', is written over the 'STAFF TECHNIQUE' text.

MES COORDONNÉES



NOM :

PRÉNOM :

DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE :

PHOTOS

LES COORDONNÉES DE MES PARENTS

NOM :

PRÉNOM :

TÉLÉPHONE :

MAIL :

NOM :

PRÉNOM :

TÉLÉPHONE :

MAIL :





PRÉSENTATION DU **CES TOURS**

Il est aujourd'hui le plus grand club Omnisports de la Ville de Tours. On peut y pratiquer presque tous les sports dans 17 sections différentes; au total ce sont près de 1 800 membres, actifs et dirigeants qui forment et encadrent notre club. Dès l'origine, la section Basket du CEST crée la sensation en s'imposant contre Saint-Etienne en 16ème de finale de la coupe de France 66 - 56.

Elle se distingue au niveau régional masculin et accède rapidement au niveau National avec en point d'orgue l'accession en 1962/1963 au plus haut niveau National, en compagnie d'un autre club Tourangeau, l'ASPO, avec des derbys qui enflamment le mythique Palais des Sports de Grenon !

Le CEST ne s'engage pas dans le professionnalisme et choisit par la suite une voie privilégiant la formation des jeunes, la convivialité et l'amitié.

La croissance se fait dès lors autour de la section Féminine. Dès 1960, l'équipe atteint la finale de la Coupe de France féminine des patronages, qu'elle perd contre Morlaix.

Elle sera vainqueur des 3 éditions suivantes aux dépens du SPO Rouen, de l'Arago d'Orléans et du CEP Lorient. Elle retournera par la suite en finale en 1970, l'emportera même en 1971 contre la JSA Bordeaux puis en 1975 encore contre Rouen avant de finir par 2 finales perdues en 1983 et 1984.

Au total, ce sont 5 finales remportées et 4 finales dans cette compétition pour notre club !

De 1974 à 1984, notre équipe phare a évolué aux 3 plus hauts niveaux féminins, N1, N2 et N3 à l'époque, puis de nouveau entre 1990 et 1996.

Dès 2003, sous l'impulsion de Valérie Monnier, figure de notre club, l'Ecole de Basket a été labellisée par la FFBB. Yvan MAININI le président de la Fédération de l'époque, vient nous le remettre en personne à Tours, une reconnaissance nationale pour notre club, dont seuls une 100aine de clubs bénéficiait à ce moment-là.

En 2019, l'équipe première Féminine accède de nouveau à la N2, le 4ème niveau National.

STAFF TECHNIQUE

ÉCOLE DE BASKET



ERWAN VALLES

RESPONSABLE ÉCOLE DE BASKET

DEJEPS/DEFB

06 28 73 24 65 / ERW184@GMAIL.COM



AXEL PERRINET

COACH U11F

BPJEPS/DET B SALARIÉ CESTOURS

06 95 99 13 14 / APERRINET@CESTOURS-
BASKET.COM



JULIE GROLEAU

COACH ÉCOLE DE BASKET

BPJEPS EN FORMATION

06 51 61 40 56



FANSOU DIABY

COACH ÉCOLE DE BASKET / U11M

BPJEPS EN FORMATION

07 67 57 25 12



PLANNING DES ENTRAINEMENTS

GYMNASE MERMOZ ET FRANCOIS CLOUET À TOURS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
U11F 18H00-19H00 MERMOZ		U7 16H30-17H30 MERMOZ	U11 DÉCOUVERTES 18H00-19H00 MERMOZ	U11M 18H00-19H15 MERMOZ	U9 9H30-11H00 CLOUET
U11 DÉCOUVERTES 19H00-20H00 MERMOZ		U9 17H30-18H30 MERMOZ			U7 10H00-11H00 CLOUET
		U11 MIXTES 16H30-17H45 CAMÉO			

PLATEAUX & MATCHS U7, U9 ET U11 TOUT AU LONG DE LA SAISON COMMUNIQUÉS LA SEMAINE PRÉCÉDENTES SUR LES GROUPES WHATS APP.

PLANNING DES ÉVENEMENTS

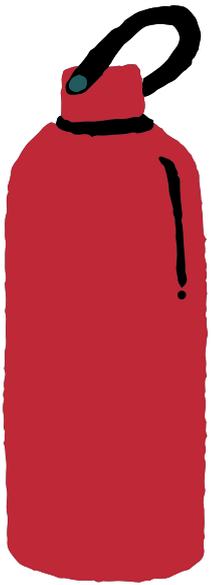
MINI								Date	
U11					U9		U7		
Confirmés		Avancés		Débutants		Filles			Garçons
M	F	F	M	F	M				
début de saison								09-sept	
Brassages-A1					Plateau 1			16-17 sept	
								23-24 sept	
								30 sept- 1er oct	
								07-08 oct	
								14-15 oct	
								21-22 oct	
OCTOBRE AU 5 NOVEMBRE									
Brassages-A3					Plateau 2			02-nov	
								11-12 nov	
Rassemblement	Brassage A4				Plateau 2			18-19 nov	
Brassage A4	Rassemblements	Brassage A5		25-26 nov					
							Plateau 1	02-03 déc	
Brassage A5			Rassemblements					09-10 déc	
					Noël		Noël	16-17 déc	
								28-déc	
DECEMBRE AU 7 JANVIER									
A1					Plateau 4			06-07 janv	
								13-14 janv	
Rassemblements + A2					Plateau 4			20-21 janv	
Rassemblements + A2 ou A3								27-janv	
								28-janv	
Rassemblements + A2 ou A3								03-04 fév	
A4							Plateau 3	10-11 fév	
A5					Plateau 5			17-18 fév	
								24-25 fév	
								29 fév	
24 FEVRIER AU 10 MARS									
R1					Plateau 5			09-10 mars	
								16-17 mars	
Tournoi des 60								23-24 mars	
Panier d'Or					Basket d'Or			30-31 mars	
R2					Pâques		Pâques	06-07 avril	
R3								13-14 avril	
								20-21 avril	
								25-avr	
DU 20 AVRIL AU 5 MAI									
								04-05 mai	
								11-12 mai	
								R4	18-19 mai
								27-28 mai	
								R5	25-26 mai
FETE NATIONALE DU MINIBASKET								01-juin	
								07-juin	
								08-juin	
								09-juin	
								15-16 juin	
								21-22-23 juin	

U11

U9

U7

MA TENUE



JE JOUE

"JOUEUR"

DRIBBLER

MAIN FORTE ET MAIN FAIBLE



PROTÉGER LE BALLON FACE À UN DÉFENSEUR :
GARDER LE CONTRÔLE DU BALLON SOUS UNE
PRESSION DÉFENSIVE



EN CHANGEANT DE MAIN POUR PASSER
UN DÉFENSEUR



ALLER TIRER EN DRIBBLANT :
ENCHAÎNER DRIBBLE ET TIR



PASSER

A UN PARTENAIRE IMMOBILE



A UN JOUEUR SEUL : PASSE À UN
PARTENAIRE QUI SE DÉPLACE



FACE À UN DÉFENSEUR : PASSE À UN
PARTENAIRE MALGRÉ UNE PRESSION
DÉFENSIVE



EN LANCER DE CONTRE-ATTAQUE À UNE
MAIN À UN JOUEUR QUI SE DÉPLACE



JE JOUE

"JOUEUR"

TIRER

EN COURSE APRÈS DRIBBLE
(MAIN FORTE / MAIN FAIBLE)



EN COURSE APRÈS PASSE
(MAIN FORTE / MAIN FAIBLE)



EN COURSE AVEC PRESSION DÉFENSIVE



A MI-DISTANCE APRÈS DRIBBLE



REGARDER

PORTEUR : JOUER LE 1C1 : FIXER PASSER OU
TIRER



NON PORTEUR : SE DÉMARQUER, SE
DÉPLACER POUR FACILITER L'ACTION DU
PORTEUR: OCCUPER LES ESPACES LIBRES,
NE PAS RESTER DANS L'ESPACE DE JEU
DIRECT DU PORTEUR



SAIT RÉAGIR RAPIDEMENT AU CHANGEMENT DE
STATUT ATTAQUANT/DÉFENSEUR : PARTICIPER À
UNE CONTRE-ATTAQUE, AU REPLI DÉFENSIF



SAIT GÉNER LA PASSE SUR UN NON PORTEUR



J'ARBITRE

"ARBITRE"

SIFFLER LES SORTIES

REPÉRER LES SORTIES DU BALLON



REPÉRER LES SORTIES DU PORTEUR DE BALLE



REPÉRER LE JOUEUR RESPONSABLE DE LA SORTIE



REPÉRER LES MAUVAISES REMISES EN JEU



SIFFLER LES MARCHER

REPÉRER LES MARCHERS SUR LES ARRÊTS



REPÉRER LES MARCHERS SUR LE PIED DE PIVOT



REPÉRER LES MARCHERS SUR LES DÉPARTS EN DRIBBLE



REPÉRER LES MARCHERS SUR LE TIR EN COURSE



J'ARBITRE

"ARBITRE"

SIFFLER LES DRIBBLES IRRÉGULIERS

REPÉRER LES DRIBBLES À DEUX MAINS



REPÉRER LES PORTERS DE BALLE



REPÉRER LES REPRISES DE DRIBBLE



NE PAS SANCTIONNER LES PERTES
ACCIDENTELLES



SIFFLER LES CONTACTS

REPÉRER LES CONTACTS IRRÉGULIERS
SUR UN PORTEUR DE BALLE



REPÉRER LES CONTACTS
IRRÉGULIERS SUR UN TIREUR



REPÉRER LES CONTACTS IRRÉGULIERS
SUR UN NON-PORTEUR



REPÉRER LES CONTACTS IRRÉGULIERS
DES ATTAQUANTS



JE PARTICIPE

TENIR LA FEUILLE DE MARQUE

COMPTER LES POINTS LORS D'UN JEU À L'ENTRAÎNEMENT (AU MOINS DEUX FOIS)



COMPTER LES POINTS (SUPPORT PAPIER) LORS D'UN MATCH À L'ENTRAÎNEMENT



TENIR UNE FEUILLE DE MARQUE LORS D'UNE RENCONTRE AVEC L'AIDE D'UN ADULTE



TENIR UNE FEUILLE DE MARQUE LORS D'UNE RENCONTRE SOUS LA SURVEILLANCE D'UN ADULTE



CHRONOMÉTRER

CHRONOMÉTRER UN JEU À L'ENTRAÎNEMENT (TEMPS NON DÉCOMPTÉ)



CHRONOMÉTRER UN MATCH À L'ENTRAÎNEMENT (TEMPS DÉCOMPTÉ)



CHRONOMÉTRER LORS D'UNE RENCONTRE AVEC L'AIDE D'UN ADULTE



CHRONOMÉTRER LORS D'UNE RENCONTRE SOUS LA SURVEILLANCE D'UN ADULTE



JE PARTICIPE

AIDER À L'ENCADREMENT

INSTALLER/RANGER LE MATÉRIEL POUR UN JEU
SELON UN SCHÉMA OU LES CONSIGNES DE
L'ENTRAÎNEUR



FAIRE RESPECTER UNE CONSIGNE TECHNIQUE LORS
D'UN ATELIER À L'ENTRAÎNEMENT



INSTALLER ET RANGER DU MATÉRIEL SUR UN JEU
LORS D'UN PLATEAU



CHOISIR ET ANIMER UN JEU LORS D'UN PLATEAU



PARTICIPER À LA VIE DU CLUB

PARTICIPER AUX TÂCHES LIÉES À SON ÉQUIPE :
MAILLOTS, GOÛTERS, DÉPLACEMENTS



ETRE RÉGULIER ET PONCTUEL AUX
ENTRAÎNEMENTS ET AUX MATCHS -
PRÉVENIR EN CAS D'ABSENCE

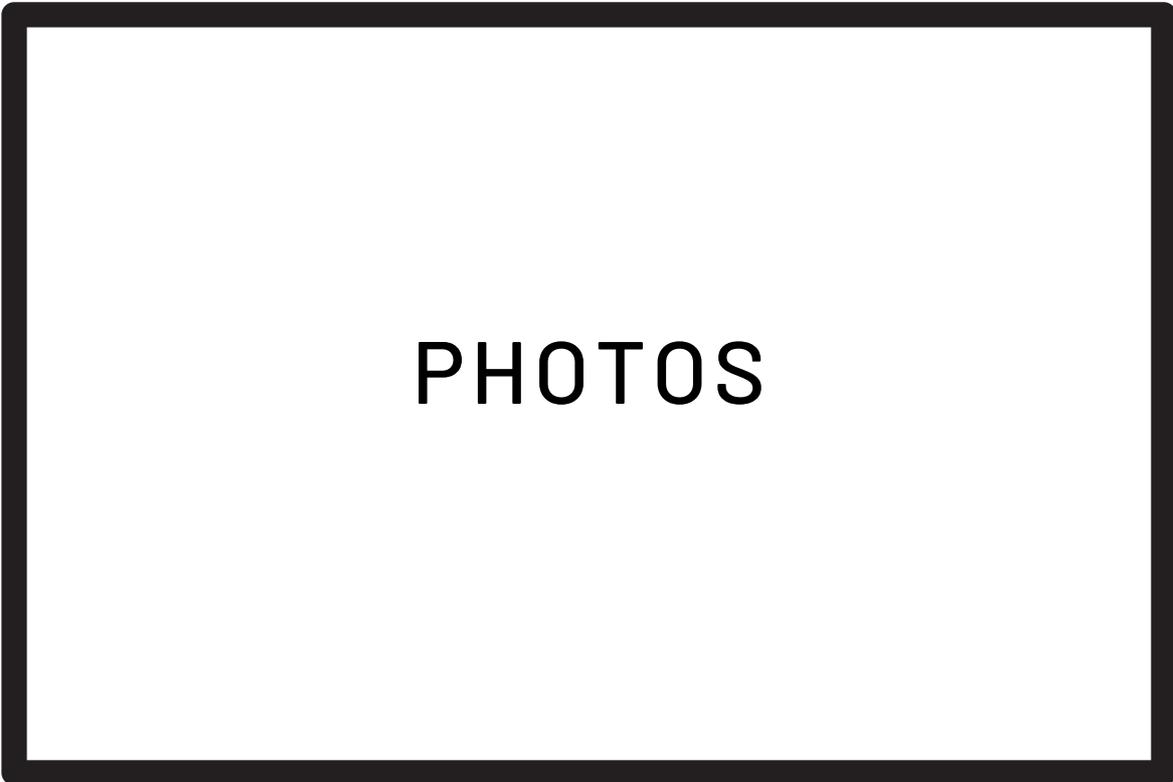


PARTICIPER AUX ANIMATIONS : FÊTES, TOMBOLA,
CALENDRIER, LOTO...ET AUSSI ASSISTER AUX
RENCONTRES D'AUTRES ÉQUIPES DU CLUB



PARTICIPER À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CLUB





PHOTOS

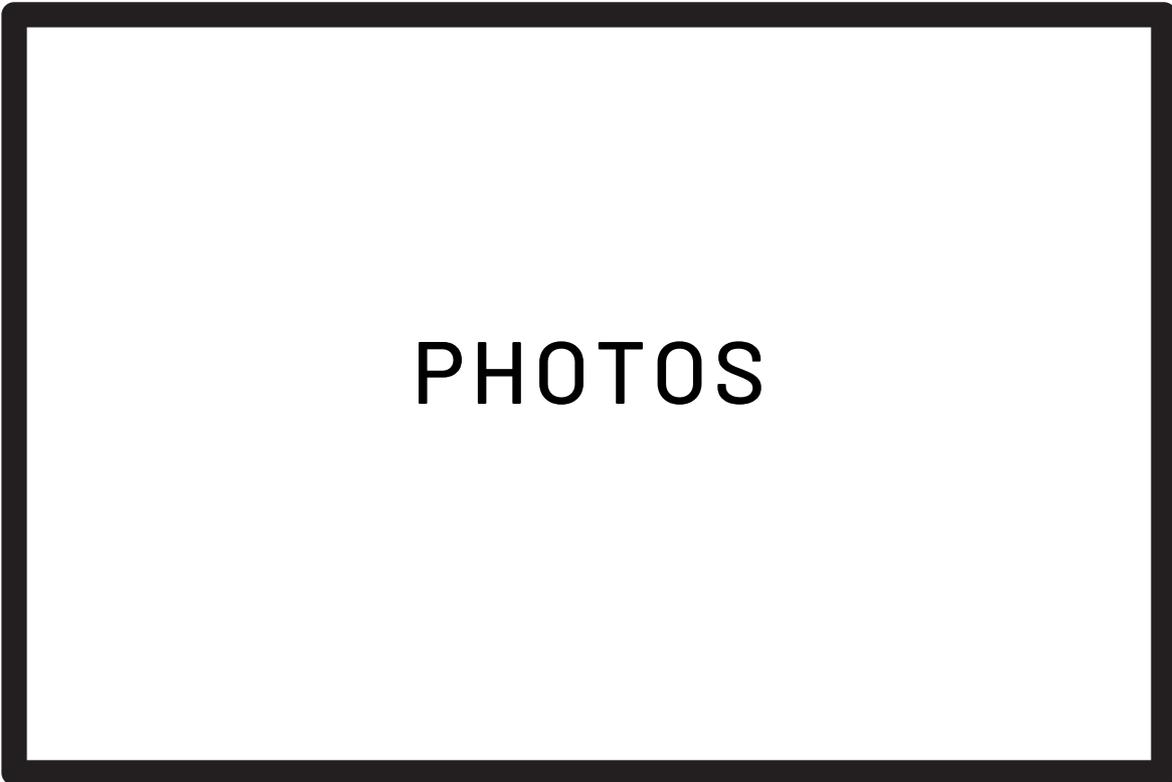
MON ÉQUIPE

U7

MES COÉQUIPIERS

NUMÉROS





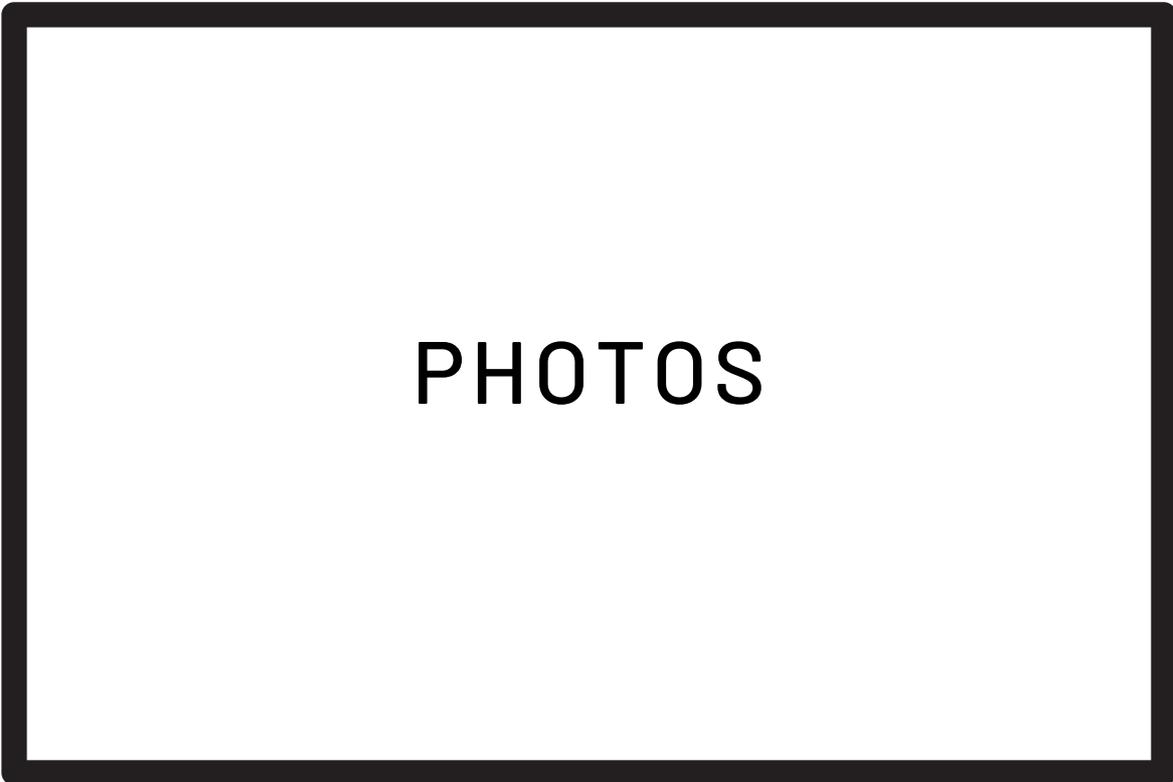
PHOTOS

MON ÉQUIPE
U9 (1ÈRE ANNÉE)

MES COÉQUIPIERS

NUMÉROS





PHOTOS

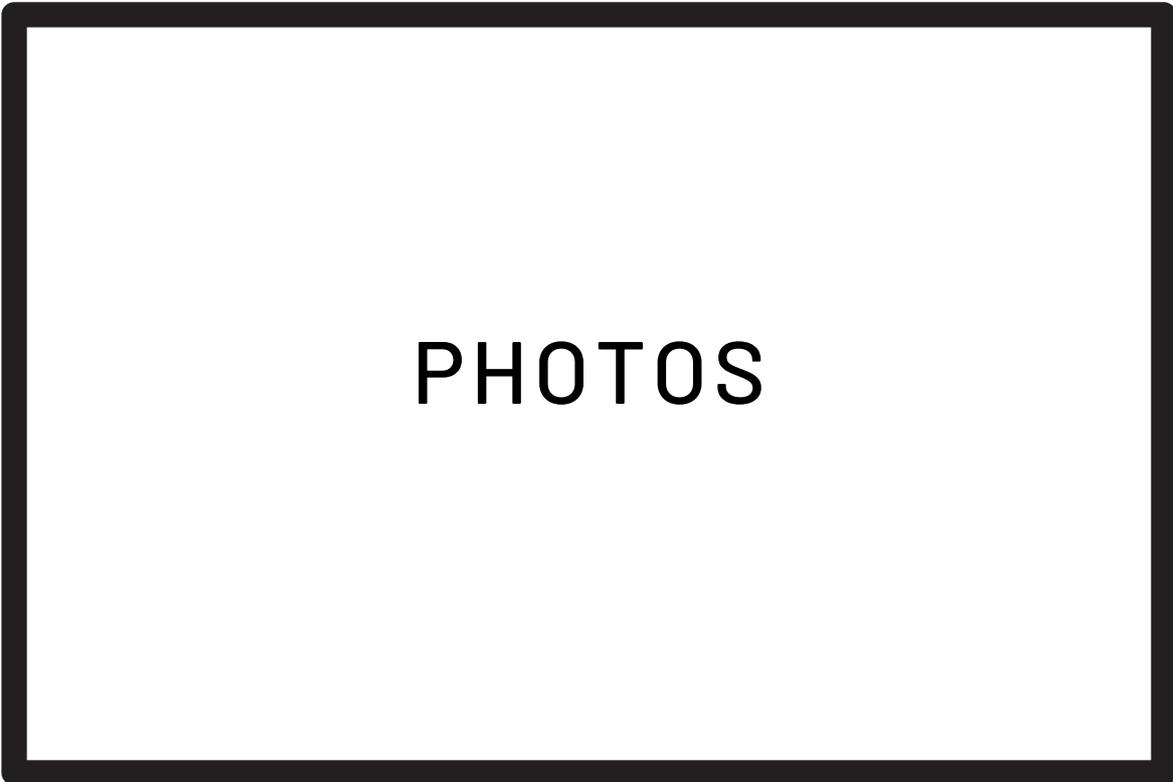
MON ÉQUIPE

U9 (2ÈME ANNÉE)

MES COÉQUIPIERS

NUMÉROS





PHOTOS

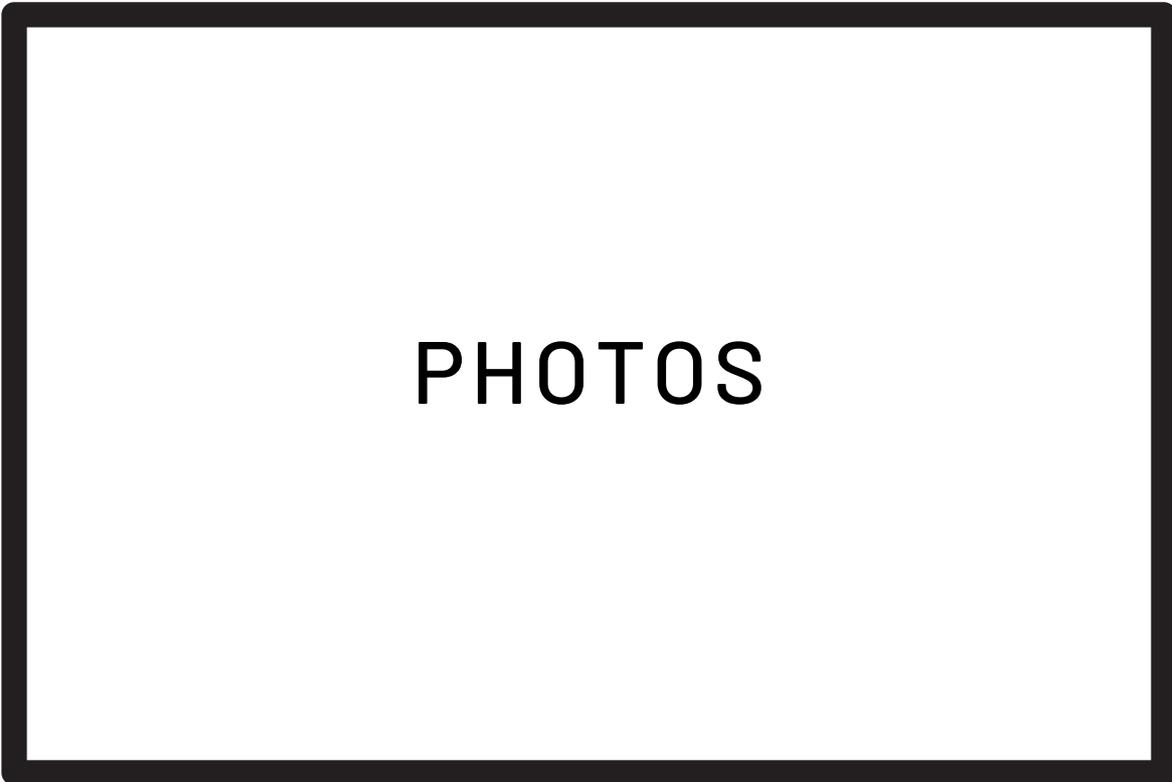
MON ÉQUIPE

U11 (1ÈRE ANNÉE)

MES COÉQUIPIERS

NUMÉROS





PHOTOS

MON ÉQUIPE

U11 (2ÈME ANNÉE)

MES COÉQUIPIERS

NUMÉROS





NOTRE ÉTAT D'ESPRIT
"LA COMPÉTITION AU
SERVICE DE LA FORMATION"

PLAISIR

MERCI !



CONTACT

Tél : 0628732465

Mail : erw184@gmail.com

**"LE PLUS
IMPORTANT
N'EST PAS
CE QUE NOUS
AVONS FAIT,
MAIS CE
QU'IL NOUS
RESTE À
FAIRE."**