



HORAIRE DU CAMP D'ÉVALUATION SUR INVITATION

Veuillez noter que toutes les heures sont approximatives et sous réserve de modification.

8 h – Grandeur et poids, longueur des bras, grandeur des mains et mesure de l'envergure, capture vidéo, saut vertical, développé couché

11 h 30 – Sprint sur 40 verges, changements de direction, épreuve 3-cônes, saut horizontal

13 h 45 – Entraînement des spécialistes des longues remises

14 h – Exercices propres à chaque position et affrontements à un contre un

14 h – Exercices propres aux LO/LD et affrontements à un contre un

15 h – Exercices propres aux QA/DO/SEC et affrontements à un contre un

16 h. – Exercices propres au RÉ/DD et affrontements à un contre un

17 h – Unités spéciales

17 h 30 – Dévoilement des joueurs invités au camp d'évaluation de la LCF

