



ENTRAINEUR TERRITORIAL JEUNES CD95

Visios Ligue :

- Visio Intro
- 4 visios à suivre parmi les 7 proposées

Thème	Dates	Horaires
Introduction	Sam 4 oct	10h-11h
	ou Mar 21 oct	20h-21h
COURS : Duel Tireur/Gardien et Gardien/Tireur	Mar 4 nov	12h30-13h30
	ou Ven 7 nov	20h-21h
COURS : Prévention des blessures et échauffement	Lun 10 nov	12h30-13h30
	ou Ven 14 nov	20h-21h
COURS : Le jeu sur grand espace et jeu rapide	Mar 18 nov	20h-21h
	ou Ven 21 nov	12h30-13h30
FAQ : Système de Zone, Défendre et Attaquer	Lun 24 nov	20h-21h
	ou Ven 28 nov	12h30-13h30
FAQ : Système Homme à Homme, Défendre et Attaquer	Mar 2 déc	20h-21h
	ou Ven 5 déc	12h30-13h30
FAQ : Le jeu en supériorité numérique	Lun 8 déc	20h-21h
	ou Ven 12 déc	12h30-13h30
FAQ : Changement de statut et Montée de balle	Mar 16 déc	12h30-13h30
	ou Ven 19 déc	20h-21h

FAQ : Foire Aux Questions



ENTRAINEUR TERRITORIAL JEUNES CD95

Programme Comité 95 :

•

Décembre			
Ven 19 déc	ATHLETICA	18h- 21h	ETJ Théorie
Sam 20 déc	ATHLETICA	9h – 17h	ETJ Pratique

Janvier			
Dim 25 jan	ATHLETICA	14h – 18h	ETJ Intercomités

Février			
Dim 22 fév	ATHLETICA	9H – 18h	ETJ Pratique
Lun 23 fév	ATHLETICA	18h – 21h	ETJ Théorie
Mar 24 fév	ATHLETICA	18h – 21h	ETJ Théorie
Mer 25 fév	Lieu à définir	18h - 20h	Instant Handball

Avril			
Jeu 16 avr	Lieu à définir	19h – 21h	Instant Handball

Mai			
Ven 1 mai	ATHLETICA	9h – 18h	ETJ Pratique
Sam 2 mai	ATHLETICA	9h – 17h	ETJ Pratique
Dim 3 mai	ATHLETICA	9h – 12h30	ETJ Théorie

Mai			
Ven 8 Mai	MAISON DU HAND	9h-17h	Séminaire Ligue



SEMINAIRE

Vendredi 8 mai 2025 | 9h – 17h

📍 **Maison du Handball**



PROGRAMME

Matin

- Séance d'entraînement
- Débriefing d'un entraîneur de haut niveau

Après-midi

- Ateliers pratiques
- Conférences d'experts

Une journée d'échanges, d'apprentissage et de partage autour du handball.