DRILLS PUBLIES

Catégories	Drill 01	Drill 02	Drill 03	Drill 04	Drill 05	Drill 06	Drill 07	Drill 08	Drill 09
Conditionnement physique	Semaine 06	Semaine 10bis	Semaine 18bis	Semaine 27	Semaine 33bis	Semaine 37	Semaine 49	Semaine 59	Semaine 73
Deux contre deux	Semaine 05	Semaine 11bis	Semaine 17bis	Semaine 23	Semaine 29bis	Semaine 40bis	Semaine 56	Semaine 65	Semaine 72
Dribble	Semaine 06bis	Semaine 12bis	Semaine 20	Semaine 27bis	Semaine 34	Semaine 42	Semaine 57	Semaine 62	Semaine 70
Echauffement	Semaine 01	Semaine 08bis	Semaine 17	Semaine 25	Semaine 33	Semaine 37bis	Semaine 48	Semaine 60	Semaine 71
Fastbreak	Semaine 04	Semaine 10	Semaine 15bis	Semaine 23bis	Semaine 34bis	Semaine 39	Semaine 46	Semaine 68	Semaine 79
Passes	Semaine 08	Semaine 14	Semaine 20bis	Semaine 24bis	Semaine 35	Semaine 43	Semaine 53	Semaine 66	Semaine 77
Rebond	Semaine 06ter	Semaine 13	Semaine 19bis	Semaine 26bis	Semaine 31bis	Semaine 44	Semaine 54	Semaine 67	Semaine 74
Shoots	Semaine 02	Semaine 11	Semaine 21bis	Semaine 29	Semaine 36	Semaine 41	Semaine 52	Semaine 64	Semaine 80
Transition défensive	Semaine 05bis	Semaine 12	Semaine 19	Semaine 22	Semaine 30	Semaine 38	Semaine 47	Semaine 58	Semaine 75
Trois contre trois	Semaine 07bis	Semaine 14bis	Semaine 21	Semaine 28	Semaine 36bis	Semaine 45	Semaine 55	Semaine 69	Semaine 76
Un contre un	Semaine 03	Semaine 09	Semaine 16	Semaine 24	Semaine 31	Semaine 40	Semaine 51	Semaine 63	Semaine 78
Vitesse de réaction	Semaine 07	Semaine 15	Semaine 18	Semaine 26	Semaine 32	Semaine 38bis	Semaine 50	Semaine 61	Semaine 81
Travail défensif							Semaine 151		
Spécialisation Meneurs									
Spécialisation Ailiers									
Spécialisation Pivots									

DRILLS PUBLIES

Catégories (2)	Special 50000	Drill 10	Drill 11	Drill 12	Drill 13	Drill 14	Drill 15	Drill 16	Drill 17
Conditionnement physique		Semaine 82	Semaine 96	Semaine 113	Semaine 119	Semaine 125	Semaine 139e	Semaine 141	Semaine 148
Deux contre deux	Semaine 60d	Semaine 89	Semaine 101	Semaine 110	Semaine 130	Semaine 136	Semaine 144	Semaine 163	Semaine 167
Dribble		Semaine 83	Semaine 97	Semaine 108	Semaine 121	Semaine 127	Semaine 140b	Semaine 161	Semaine 174
Echauffement	Semaine 60e	Semaine 93	Semaine 102	Semaine 112	Semaine 120	Semaine 137	Semaine 140c	Semaine 145	Semaine 149
Fastbreak		Semaine 84	Semaine 98	Semaine 114	Semaine 122	Semaine 138	Semaine 152	Semaine 158	Semaine 171
Passes		Semaine 88	Semaine 103	Semaine 117	Semaine 131	Semaine 139	Semaine 140d	Semaine 146	Semaine 160
Rebond	Semaine 60a	Semaine 90	Semaine 99	Semaine 129	Semaine 133	Semaine 140	Semaine 155	Semaine 159	Semaine 172
Shoots	Semaine 60c	Semaine 94	Semaine 104	Semaine 111	Semaine 123	Semaine 128	Semaine 140e	Semaine 147	Semaine 153
Transition défensive		Semaine 91	Semaine 100	Semaine 115	Semaine 135	Semaine 139d	Semaine 170		
Trois contre trois		Semaine 95	Semaine 105	Semaine 118	Semaine 134	Semaine 139b	Semaine 142	Semaine 150	Semaine 166
Un contre un	Semaine 60b	Semaine 85	Semaine 106	Semaine 109	Semaine 124	Semaine 126	Semaine 143	Semaine 156	Semaine 165
Vitesse de réaction		Semaine 86	Semaine 107	Semaine 116	Semaine 132	Semaine 139c	Semaine 154	Semaine 162	Semaine 175
Travail défensif		Semaine 87	Semaine 92						

DRILLS PUBLIES

Catégories (3)	Drill 18	Drill 19	Drill 20
Conditionnement physique	Semaine 164	Semaine 182	
Deux contre deux	Semaine 179	Semaine 181	
Dribble	Semaine 185		
Echauffement	Semaine 169	Semaine 180	Semaine 187
Fastbreak	Semaine 176	Semaine 183	Semaine 191
Passes	Semaine 168	Semaine 173	Semaine 178
Rebond	Semaine 177		
Shoots	Semaine 157		
Transition défensive			
Trois contre trois	Semaine 186	Semaine 190	
Un contre un	Semaine 184	Semaine 189	
Vitesse de réaction	Semaine 188		
Travail défensif			