



ALL Basket &

Section sportive  
Lycée Jean-Michel

Filière  
Performance  
Féminine



Lycée Jean Michel

**Tolérance**

**Humilité**

**Cohésion**

**Ambition**

# Nos valeurs

**Responsabilité**

**Travail**

**Solidarité**

**Effort**

**Partage**





# La filière performance



## Objectifs du centre de formation

- Faire de nos jeunes basketteuses la meilleure version d'elles-mêmes. Les meilleures basketteuses possibles.
- Former nos jeunes basketteuses pour alimenter nos équipes seniors, NF2 & PNF.
- Accompagner nos jeunes basketteuses dans leur projet de vie (scolaire, vie active, sociale...).
- Tout mettre en oeuvre pour le bien-être et l'épanouissement de nos jeunes joueuses.
- Porter hautes les valeurs et l'image du club et de la filière performance.



Osez le double projet !



s'investir dans son cursus scolaire et son projet étudiant est compatible avec des entraînements intenses et fréquents !

A condition de...

S'organiser

Travailler régulièrement

Respecter une bonne hygiène de vie

Faire des concessions

**Notre volonté :** Que les joueuses de la filière performance soient **des lycéennes dynamiques, travailleuses et cultivant le goût de l'effort.** Il s'agit d'un engagement fort et entier !

**Un suivi scolaire**

Mathias Jacob, professeur d'EPS référent est en charge du suivi scolaire des joueuses, avec notamment des bilans réguliers.

**Pour**

**accompagner nos jeunes joueuses, nous mettons en place...**

**Un suivi médical**

Nous sommes en train de développer un "pôle médical" pour suivre nos jeunes, en matière de soins mais aussi de prévention.



# Entraînements "semaine-type"

✿ Les staffs techniques peuvent solliciter certaines joueuses sur des entraînements seniors (NF2&PNF), à la place ou en plus des entraînements dédiés.

Lundi

18h30-20h00

Mardi

17h00-19h00

Mercredi

12h00-13h30

Jeudi

19h00-20h30

✿ Planning encore provisoire



Développement  
de la joueuse



Prépa physique  
Musculation



Pré - collectif  
Collectif



Gymnase du lycée



# Lycée Jean-Michel et internat

Le lycée accueille 1250 élèves. Filières générales et technologiques (STMG). Nombreuses options en 2nde et 12 spécialités pour le bac.

La section sportive du Lycée Jean-Michel a été créée en 2018. Elle est agréée et reconnue auprès du rectorat. Mathias JACOB, enseignant d'EPS de l'établissement et éducateur BE1 au club, entraîne et coordonne le suivi scolaire.

Les élèves peuvent être hébergées la semaine à l'internat du Lycée Jean-Michel.

Elles sont logées en chambres de quatre, refaites à neuf et bénéficient également d'études surveillées.

L'internat permet d'avoir des horaires décalés de repas le soir pour les entraînements sportifs hors établissement.

Site internet : [lyc-jean-michel.ac-besancon.fr](http://lyc-jean-michel.ac-besancon.fr)



## Les week-ends

Pour les joueuses ne rentrant pas dans leur famille le week-end, nous mettons en place des familles d'accueil (places limitées) et également un hébergement en résidence étudiante, avec la surveillance accrue d'un salarié du club.



## Les structures



**Siège social**  
2 place de  
l'Hôtel de Ville

**G.E.S.**

475 rue Robert  
Schuman



**Lycée et  
internat  
Jean-Michel**  
400 rue du dr  
Jean-Michel



**Centre  
hospitalier**  
55 rue du dr  
Jean-Michel



**Cabinet  
médical**  
2 rue des  
Mouillères



**Complexe  
sportif**  
Avenue du stade

## Unité de lieu...

Chacune des structures nécessaires à la vie du centre de formation sont regroupées sur un périmètre restreint...

... **Gain de temps et  
d'énergie !**

**Envie de tenter l'aventure pour vivre votre  
passion intensément ?!**

Mathias Renaud-Gérard  
**Entraîneur Centre  
d'Entraînement féminin**  
mathias.renaudgerard@orange.fr

06 65 39 08 04

Besoin de  
plus d'infos ?  
Besoin de  
renseignements ?

