



## Ce que vous allez trouver dans ce guide de l'école du mini basket

- Accueil aux parents
- Un peu d'histoire
- Mieux connaître le club
- L'école française de mini basket
- Les responsables du club
- Vos relations avec le club
- La cotisation
- La vie au club
- Une application
- Une page facebook
- Les activités sportives de votre enfant
- Vos attitudes sportives
- Catégories d'âges
- Planning des weekends

# Guide des parents

2022-2023

U9



Fédération Française de Basketball



Les Gazelles Blinoises  
53 bis Rue de la Forêt  
44130 BLAIN



# Annexe

- 🏠 Une boutique
- 🏠 Contact
- 🏠 Calendrier Général 2020-2021 CD44
- 🏠 Auto Test : Alors Un supporter ou Insupportable ?

# Accueil aux parents



Vous venez d'inscrire votre enfant à l'école de mini basket



Bienvenue dans le monde du mini basket (U7 - U9 - U11)

Très vite votre enfant va se familiariser avec le basket-ball mais il va également apprendre à vivre en équipe avec les joies de son sport

Il va découvrir les règles du mini basket et les assimiler progressivement.

Quelques soit les capacités de votre enfant, nous feront en sorte qu'il puisse s'épanouir et s'exprimer dans sa pratique, à son niveau.

Nous lui apprendrons à maîtriser et à gérer son côté compétiteur ainsi qu'à respecter son entraîneur, ses camarades de jeu (partenaires et adversaires), les arbitres, le matériel et les installations.

Nous lui apprendrons à participer au sein d'un groupe, à accepter les échecs pour mieux rebondir et à participer à la vie du club.

De votre côté, votre démarche d'accompagnement est importante et votre investissement capital pour l'épanouissement de votre enfant au sein de notre club.

Nos efforts d'éducation seraient vains si, vous parents, vous ne nous aidiez pas dans notre action en :

- 🏠 Respectant les horaires des entraînements et des rendez-vous de matchs ;
- 🏠 En respectant l'esprit sportif et de fair play ;
- 🏠 En veillant à ce que votre enfant ait la tenue adéquate à la pratique sportive ;
- 🏠 En répondant aux demandes de renseignements des entraîneurs

L'équipe encadrante s'engage à mettre tout en œuvre pour que votre enfant puisse bénéficier des meilleures conditions pour qu'il puisse vivre sa passion et s'épanouir au travers du mini basket.

Ce livret est conçu pour que vous puissiez avoir un maximum de renseignements sur le déroulement d'une saison sportive et sur la vie du club.

Aidez votre enfant à découvrir également son carnet « JAP » : « je Joue, j'Arbitre et je Participe ».

# Un peu d'histoire

## De Springfield à la rue de Trévis

Le basketball est inventé en décembre 1891 par le Canadien James W. Naismith, professeur d'éducation physique au centre de formation international YMCA de Springfield, Massachusetts (États-Unis).

James W. Naismith cherchait à mettre au point un sport en salle pour garder ses étudiants en forme pendant les rudes hivers de la Nouvelle-Angleterre.

Il établit 13 règles, dont la majorité sont toujours en vigueur. En 1893, le premier match féminin est disputé au Smith College de Northampton, Massachusetts (États-Unis).

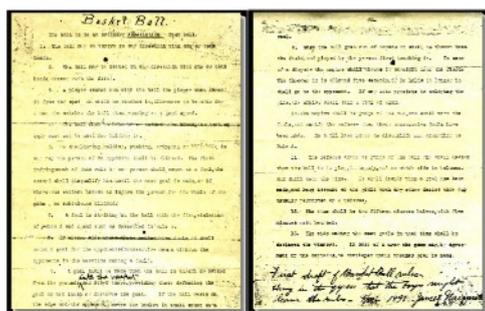


Au début du 20e siècle, les étudiants étrangers passés par Springfield commencent à diffuser le jeu.

Les deux guerres mondiales vont favoriser leur diffusion par l'intermédiaire des soldats nord américains (bases militaires).

Un siècle plus tard, ce sport passionnant, est pratiqué par plus de 683 000 licenciés en France, faisant du basket, le cinquièmes sport fédéral et le deuxième sport collectif (1er sport collectif pratiqué par le genre féminin).

Musée de rue de Trévis



# Mieux connaître le club

## Un peu d'histoire

Le club des Gazelles Blinoises est créé le 16 novembre 1955, celui-ci est alors uniquement féminin.

A cette époque le but est de mettre en place toutes compétitions sportives et en général toutes initiatives propres à la préparation physique et morale de la jeunesse (parution au journal officiel du 23 novembre 1955).

Actuellement, le but officiel de l'association est la pratique du basketball et de toute activité de nature à renforcer la solidarité et l'amitié entre ses membres.



## Les Gazelles Blinoises : un club

Le club devient mixte le 8 juin 1972. Les Gazelles Blinoises connaissent alors un nouvel essor et une augmentation du nombre de licenciés.

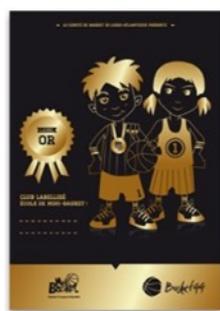
Par ailleurs, les gazelles sont des animaux très rapides, aux pattes fines, au corps mince et gracieux qui peuvent atteindre à la course une vitesse de 70 km/h. La description nous correspond tout à fait !



# L'école française de mini basket (EFMB)

L'école de mini basket regroupe les enfants des catégories U7, U9 et U11, c'est à dire les enfants nés de 2010 à 2015. Ce qui représentait 87 enfants sur la saison 2019-2020.

Elle s'organise autour d'une commission mini basket qui traite les aspects administratifs, pédagogiques et sportifs.



Le président de cette commission, Séverine GUIHARD, est membre du bureau de l'association.

Votre école est labellisée au niveau du comité départemental de basket. A l'issue de la saison 2021-2022, elle visera la labélisation « ÉCOLE FRANÇAISE DE MINIBASKET », gage de qualité.

En contre partie, l'école s'engage à respecter la charte de l'École Française de Mini basket.

## Les valeurs de la charte :

**Principe 1 :** L'école française de minibasket est un espace d'accueil aménagé et adapté à l'enfant de moins de 11 ans désirant pratiquer le basket-ball.

**Principe 2 :** L'école française de minibasket est conçue par et pour l'enfant

**Principe 3 :** L'école française de minibasket répond, par formes jouées, aux aspirations de l'enfant.

**Principe 4 :** L'école française de minibasket participe à la construction des règles de vie collective. A travers la pratique du basket-ball, elle vise l'acquisition d'attitudes et comportement se traduisant par :

- le respect de l'autre, du jeu, de l'environnement, l'entraide, la solidarité, la tolérance, l'autonomie et une citoyenneté responsable.

# Les responsables du club

## Membres du bureau

Les personnes ci dessus font fonctionner le club. Elles sont à votre disposition, mais ne leur demander pas l'impossible. N'oubliez pas que ce sont des bénévoles qui donnent de leur temps pour accompagner votre enfant tout au long d'une saison.

Co-Président du Club : Olivier VINOT-PREFONTAINE

Co-Président du Club : Christophe JUINO



## La commission Mini basket



Président de la commission : Séverine GUIHARD

Membre de la commission : Chloé VINOT PRÉFONTAINE & Grégorie MARCHAND

Encadrement Technique : Antoine TREHIN & Adrien LECHEVAL

Réfèrent Technique: Antoine TREHIN

# Vos relations avec le club

## Le club, une source associative !

Le club n'est pas un cercle restreint de sportifs (ou de pratiquants ou ayant pratiqués le basket), il fonctionne sur la bonne volonté de ceux qui le compose. Vous pouvez donc nous aider à l'Ecole de Mini Basket dans différents domaines que vous pouvez choisir à votre gré :

- Être le parent référent : Parent faisant le lien entre le club et les autres parents ;
- Secrétariat : Gestion des tâches administratives ;
- Responsable matériel : entretien, renouvellement et inventaire (plots, ballons, maillots, ect...)
- Animateur : animer un atelier de travail lors des séances d'entraînement sous la responsabilité du référent technique ;
- Événementiel autour de l'équipe : organiser des sorties, des activités ou des goûters à l'occasion d'événements qui ponctuent l'année (Halloween, Noël, Vacances d'hiver ou de printemps) ;
- Événementiel autour du club : aider à l'organisation des événements organisés par le club (soirée, lotos, Fête du baby basket, tournois, ect...)
- Sponsoring : la recherche de partenaire.

**Tout ceci en fonction de votre motivation et de votre disponibilité.**

## Lors des compétitions

Si votre enfant participe à des compétitions, vous serez appelés à participer aux roulements organisant la vie de l'équipe avec l'ensemble des parents et du parent référent.

- Gestion des déplacements ;
- Gestion des équipements (maillots et shorts) ;
- Organisation de quelques animations visant à rassembler tous les parents.

Le rôle du parent référent est un lien indispensable avec les responsables chargés de l'équipe et du club.



# La cotisation

## La part financière que vous versez au club chaque année...

Elle représente une ressource importante et indispensable de la vie du club.

**Elle comprend l'assurance, une part fédérale et une part pour le club assurant son fonctionnement.**

L'adhérent effectue ce paiement au titre de sa participation à la vie du club **mais cette cotisation ne permet pas considérer que l'on achète un service.**

Les autres ressources du club proviennent des subventions municipales et autres ainsi que des partenaires locaux, commerçants, artisans et industriels (sponsoring).

**Sans oublier les événements organisés par le club**

**Une visite à nos partenaires rend service au club.**



L'ensemble de ces ressources doivent être en équilibre avec les dépenses et assurent le budget de fonctionnement.

Un bilan financier est présenté à la fin de chaque exercice lors de l'Assemblée Générale.

# La vie au club

## 10 mois de basket !

Administrativement, la saison démarre officiellement le 1er juin et se termine le 31 mai.

Même si on peut s'inscrire à tout moment au basket, deux grandes séances d'inscriptions ponctuent l'année :

- En juin : organisation de permanence pour le renouvellement des licences (ainsi que pour les nouveaux licenciés) ;
- En septembre : organisation d'un forum associatif ;

En général, la vraie rentrée se situe la première semaine de septembre (en marge de la rentrée scolaire).

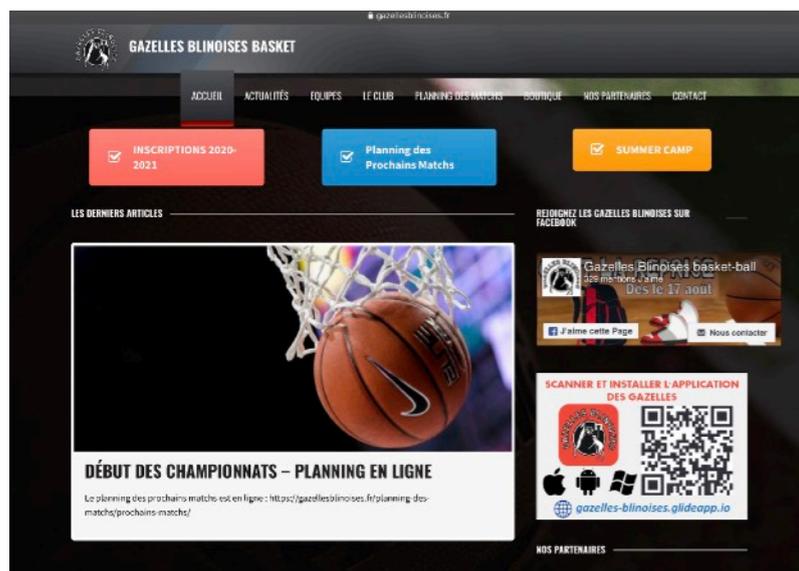
Ne manquez pas les différents rassemblements qui peuvent être organisés pendant la saison au club.

- La fête du Baby-Basket : Décembre ;
- Le(s) Loto(s) ; ;
- La soirée du Club ; ;
- Le match des parents ; ;
- Le tournoi famille ; ;
- Le tournoi du minibasket ; ;
- L'Assemblée Générale ; .

Votre enfant a aussi son programme sportif (championnat, matches, plateaux, tournois et stages).

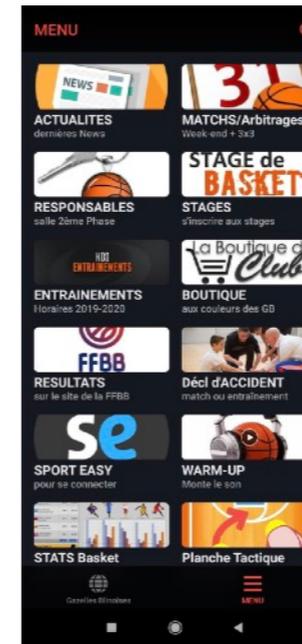
Si vous avez besoin de plus de renseignements.

Pensez à consulter le site internet : <https://gazellesblinoises.fr>



## Bonne saison au club

# Une application

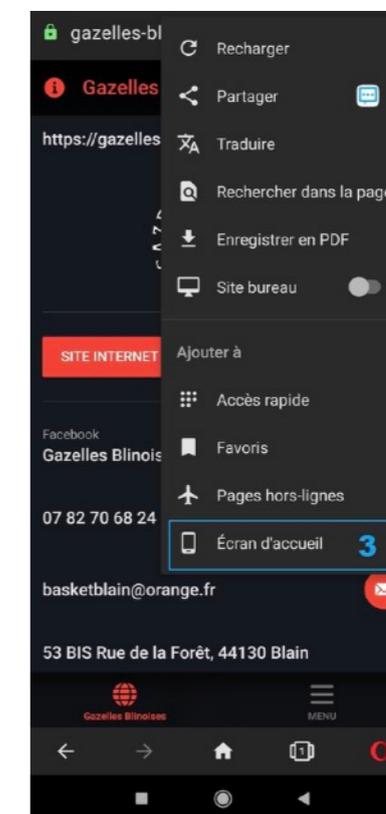
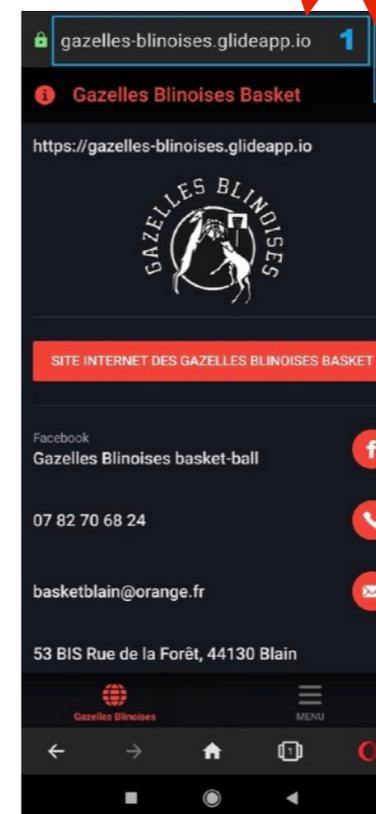


Nouvelle application des Gazelles Blinoises, pour retrouver le plus important et rapidement.

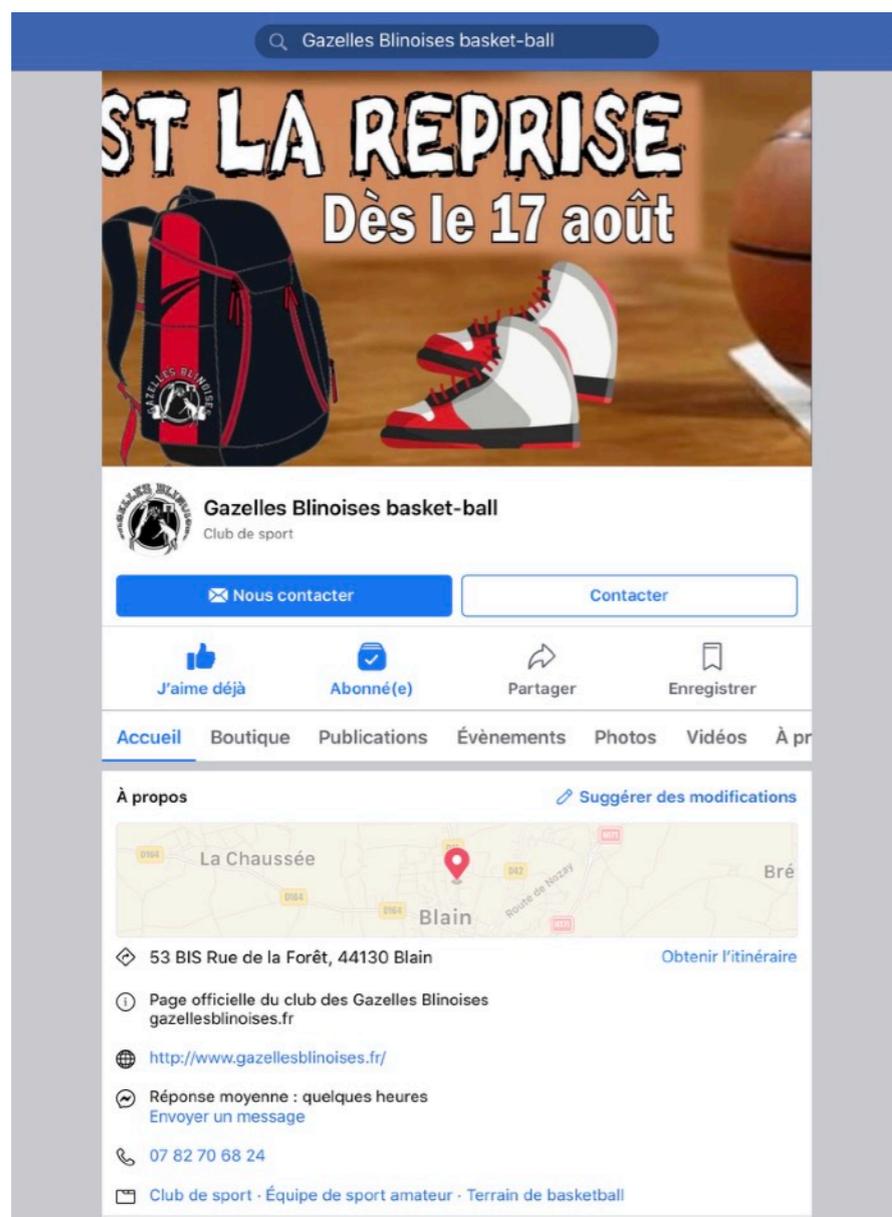
Pour installer sur mon smarphone (Androïd ou iOS) :

1. Je vais sur : [gazelles-blinoises.glideapp.io](https://gazelles-blinoises.glideapp.io)
2. Les 3 petits points en haut à droite (en général)
3. Ajouter à l'écran d'accueil
4. Voilà, vous avez l'application sur votre écran d'accueil

Maintenant c'est à vous de tester et partager ;-)



## Une page Facebook



Vous pourrez y trouver les informations relatives à la vie du club (planning des weekend, événements festifs et sportifs) !

Vous pourrez aussi y contribuer en partageant les moments de vos enfants (photos et vidéos) !

## Les activités sportives de votre enfant

Votre enfant va avoir deux grandes familles d'activités sportives

### 📍 L'entraînement

1 entraînement par semaine pour les U7

- Samedi Matin 10H-11H30 Salle Jean HERVY ;

2 entraînements par semaine pour les U9

- Lundi soir 17H30-19H Salle Jean HERVY (CEC)
- Mercredi après midi 16H45-18H Salle Noël GÉRARD.

2 entraînements par semaine pour les U11 :

- Lundi soir 17H30-19H Salle Jean HERVY (CEC)
- Mercredi après midi 13H30-14H45 Salle Noël GÉRARD pour **les U11M**
- Mercredi après midi 15H-16H30 Salle Jean Hervy pour **les U11F**

**Ceux-ci sont encadrés par des entraîneurs qualifiés.**

A domicile ou à l'extérieur venez encourager votre enfant !

### 📍 Les rencontres

Les rencontres avec d'autres clubs ont lieu durant le week-end.

Ils ont lieu les samedis après midi

**U7** : des plateaux seront organisés pour les plus motivés **Défi orange** : alternance d'ateliers de travail et de rencontres (6 dans l'année)

**U9** : 3 niveaux d'engagement

**Défi Bleu** : compétition avec un match tous les week-ends à partir du 19 septembre ;

**Défi blanc** : débrouillés avec un match tous les week-ends à partir du 7 novembre 2020 ;

**Défi rouge** : débutant avec un match un week-end sur deux à partir du 14 novembre 2020 ;

**U11** : 3 niveaux d'engagement D1/D2/D3 avec un match tous les week-ends à partir du 19 septembre.

# Les attitudes sportives des parents

Mais vous êtes aussi son premier modèle social.

Les parents se doivent d'accompagner leur enfant aux rencontres.

Vous êtes son premier public et il sera très fier de vos encouragements.

## Votre attitude autour des terrains

Offrez lui toujours une image fair-play, de respect et de discipline.

Être fair play, c'est se conformer aux règles de jeu, respecter les décisions de l'arbitre, refuser la violence, la tricherie.

**N'oubliez pas que nous avons une devise :** « Le Jeu avant l'enjeu »



Le basket reste un jeu avant tout.

# Les catégories d'âge

Votre enfant va évoluer suivant son âge dans une catégorie sportive

Catégorie	Années
<b>U7</b> (BABYBASKET)	2014 & 2015
<b>U9</b> (BABYBASKET)	2012 & 2013
<b>U11</b> (BABYBASKET)	2010 & 2011
<b>U13</b> (BABYBASKET)	2008 & 2009

## Planning des week-ends

Les plannings seront affichés dans nos salles : N. GÉRARD et J.HERVY, mais aussi sur internet et facebook.

## Horaires, Transports et Tenus de bar

<https://gazellesblinoises.fr/planning-des-matches/prochains-matches/>

**3 & 4 OCTOBRE 2020**

RÉFÉRENTS DE SALLE : CALISTA GONCALVES, EMMA DAVID, JEREMIE LEPONTEUR, ETHAN WASHELA

Pour les matches à domicile, RTV à la salle, 150 avant l'heure du match (pour se changer et se chauffer)

Équipe 1	Équipe 2	Arbitre	Salle	Hour
U13F1 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F2 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F3 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F4 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F5 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F6 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F7 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F8 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F9 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F10 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F11 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F12 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F13 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F14 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F15 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F16 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F17 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F18 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F19 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F20 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F21 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F22 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F23 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F24 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F25 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F26 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F27 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F28 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00
U13F29 GAZELLE	SC HERNOISE	EMMA DAVID	VALENTINE FOYER	19H00
U13F30 GAZELLE	SC HERNOISE	CALISTA GONCALVES	ROMAN JORD	19H00

<https://gazellesblinoises.fr/>

# Une boutique

Venez découvrir notre boutique en ligne

Commander auprès de Yann Guyot : [guyot.y.g@wanadoo.fr](mailto:guyot.y.g@wanadoo.fr) 06 84 38 89 33 ou à déposer dans la boîte aux lettres club à l'entrée de la salle Noël Gérard

Produit	Prix Adulte	Prix Enfant
Sweat 1/2 zip Forli	42€	-
Sweat capuche Accio (6ans au 4XL)	38€	36€
Sweat zippé (6ans au 4XL)	46€	42€
Tee shirt femme (XXS au 2XL)	18€	-
Ensemble maillot + short KAPPA (6ans au 4XL)	40€	35€
Doudoune doccio	64€	54€
Sac de sport	24€ T:S, 28€ T:M, 32€ T:L	-
Pantalon (6ans au 4XL)	30€	26€
Surmaillot (XS au 4XL)	25€	-
Tee shirt coton	18€	16€
Pack de 3 paires de chaussettes même couleur	16€	-

Correspondance de tailles  
Taille enfant : 4A, 8A, 10A, 12A, 14A  
Taille adulte : XS, S, M, L, XL, XXL

Possibilité de voir directement les articles le week end du 12/13 octobre 2019  
Option personnalisation dos 4,5€ (marquage couleur blanc)

<https://gazellesblinoises.fr/boutique/>  
COMMANDE AUPRÈS DE YANN GUYOT  
[guyot.y.g@wanadoo.fr](mailto:guyot.y.g@wanadoo.fr)

# Contact important

## Secrétaire

[basketblain@orange.fr](mailto:basketblain@orange.fr) & 07 82 70 68 24

Adresse : 53 bis Rue de la Forêt 44130 Blain

## Co-Présidence

Christophe Juino & Olivier Vinot Préfontaine : [basketblain@orange.fr](mailto:basketblain@orange.fr)

## Équipe technique

Séverine Guihard : [basketblain@orange.fr](mailto:basketblain@orange.fr)

Antoine Trehin : [entraineurbasketblain@orange.fr](mailto:entraineurbasketblain@orange.fr) & 06 32 96 47 05

Adrien Lecheval : [adrien.lecheval.basket@gmail.com](mailto:adrien.lecheval.basket@gmail.com)

## Facebook

À propos [Suggérer des modifications](#)

53 Bis Rue de la Forêt, 44130 Blain [Obtenir l'itinéraire](#)

Page officielle du club des Gazelles Blinoises  
[www.gazellesblinoises.fr](http://www.gazellesblinoises.fr)

Réponse moyenne : quelques heures  
[Envoyer un message](#)

07 82 70 68 24

Club de sport · Équipe de sport amateur · Terrain de basketball

[Voir tout >](#)

# Calendrier Général 2021-2022

## Septembre - Décembre

COUPE DE LOIRE ATLANTIQUE 5x5 SENIORS	COUPE DE LOIRE ATLANTIQUE 5x5 JEUNES	COUPE DE LOIRE ATLANTIQUE 3x3	FFBB	U09 DEFI BLANC	U09 DEFI ROUGE	U09 DEFI ORANGE
			21-août			
			22-août			
			28-août			
			29-août			
			04-sept			
			05-sept			
			11-sept			
			12-sept			
			18-sept			
			19-sept			
1/32			25-sept			
			26-sept			
			02-oct			
			03-oct			
			09-oct			
			10-oct			
			16-oct			
			17-oct			
			23-oct			
			24-oct			
			30-oct			
			31-oct			
			06-nov			
			07-nov			
			13-nov	1	A1	
			14-nov	2		
			20-nov	2		
			21-nov	2		
			27-nov	3	A2	
			28-nov	3		
			04-déc	FETE DE NOEL DU BABY		
			05-déc			
			11-déc	5	A3	
			12-déc			
1/16	1/32		18-déc	MR	MR	MR
			19-déc			
			25-déc	MR	MR	MR
			26-déc			
			01-janv	MR	MR	MR
			02-janv			

## Janvier - Juin

			08-janv	09-janv	A1	A4	
			15-janv	16-janv	A2		2
1/8	1/16		22-janv	23-janv	MR	A5	
			29-janv	30-janv	A3		3
			05-févr	06-févr	MR	MR	MR
			12-févr	13-févr	MR	MR	MR
			19-févr	20-févr	MR	MR	MR
			26-févr	27-févr	A4	R1	
			05-mars	06-mars	A5		4
			12-mars	13-mars	R1	R2	
	1/8		19-mars	20-mars	MR		5
			26-mars	27-mars	R2	R3	
			02-avr	03-avr	R3		6
			09-avr	10-avr	MR	MR	
			16-avr	17-avr	MR	MR	
1/4	1/4		23-avr	24-avr	MR	MR	
		TQ1	30-avr	01-mai	R4	R4	
		TQ2	07-mai	08-mai	R5	R5	
1/2	1/2		14-mai	15-mai			
			21-mai	22-mai			
			28-mai	29-mai			
			04-juin	05-juin			
			11-juin	12-juin	ASSEMBLEE GENERALE CD FETE DU MINI BASKET		
FINALES	FINALES		18-juin	19-juin			

Dates de  
tournois

# AUTO TEST

Cochez les cases qui vous correspondent et reportez-vous au verso pour découvrir quel parent vous êtes au bord du terrain !

- 1  C'est mon enfant qui a choisi de pratiquer le basket-ball,
- 2  J'accepte que mon enfant soit remplaçant,
- 3  J'assiste aux compétitions uniquement si mon enfant me le demande,
- 4  J'encourage mon enfant et son équipe pendant et après le match, quel que soit le résultat,
- 5  J'exprime mon désaccord envers l'entraîneur et les arbitres,
- 6  Je dirige mon enfant pendant les matchs et les entraînements,
- 7  Je ne connais ni les coéquipiers ni l'entraîneur de mon enfant,
- 8  Je participe peu aux actions du club,
- 9  Je prends à partie les autres personnes dans les tribunes,
- 10  Je respecte les décisions prises par l'entraîneur et les arbitres,
- 11  Je transmets à mon enfant les valeurs du sport, de respect et de fair-play,
- 12  La victoire de mon enfant est primordiale, s'il échoue, je suis embarrassé(e),
- 13  Le jeu et les règles du basket-ball ne m'intéressent pas,
- 14  Mon enfant a tout à fait le potentiel pour devenir un jour sportif professionnel,
- 15  Mon enfant est le meilleur de l'équipe,
- 16  Mon enfant me reproche parfois mon attitude pendant les matchs,
- 17  Pendant un match, je suis distrait, j'encourage peu,
- 18  Si mon enfant fait du sport, c'est parce que je veux qu'il gagne des médailles et des trophées,
- 19  Si mon enfant perd, c'est à cause des autres,
- 20  Si mon enfant se blesse, j'entre immédiatement sur le terrain pour m'occuper de lui.

En fonction des cases cochées, comptabilisez le nombre de symboles obtenus

1	😊	6	😞	11	😊	16	😞
2	😊	7	😞	12	😞	17	😞
3	😞	8	😞	13	😞	18	😞
4	😊	9	😞	14	😞	19	😞
5	😞	10	😊	15	😞	20	😞



## SI VOTRE DOMINANTE EST : PARENT SUPPORTER

Félicitations, votre attitude est exemplaire.  
Vous êtes en adéquation avec les valeurs éducatives du basket-ball.



## SI VOTRE DOMINANTE EST : PARENT EFFACÉ

N'hésitez pas à venir soutenir votre enfant.  
Quelques encouragements sont toujours bénéfiques.



## SI VOTRE DOMINANTE EST : PARENT EXCESSIF

Restez spectateur durant les matchs et laissez le staff travailler sereinement.



## SI VOTRE DOMINANTE EST : PARENT FANATIQUE

Contrôlez vos émotions et transformez-les en encouragements.

ALORS...

**UN SUPPORTER  
OU  
INSUPPORTABLE ?**

