**SEMAINE TYPE**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| 8h30 : Accueil personnalisé de chaque stagiaire 10h00 : Présentation de la séance – vestiaires 10h15-12h15 : Séance terrain Maitrise technique individuelle Jonglerie Opposition Hydratation et étirements Règles de vie du groupe  | 9h00 : Petit Déjeuner 10h00 : Présentation de la séance – vestiaires 10h15-12h15 : Séance terrain Technique de passes Transmission Jeux de conservation Match en 3 touches de balle Hydratation et étirements  | 9h00 : Petit Déjeuner 10h00 : Présentation de la séance – vestiaires 10h15-12h15 : Séance terrain Technique de frappes Jeu court jeu long Transversales et renversement de jeu Coups Franc Hydratation et étirements  | 9h00 : Petit Déjeuner 10h00 : Présentation de la séance – vestiaires 10h15-12h15 : Séance terrain Techniques de finition Dribbles et duels Tirs Centres, reprises tête et volée Tir au buts Hydratation et étirements  | 9h00 : Petit Déjeuner 10h00 : Présentation de la séance – vestiaires 10h15-12h15 : Séance terrain Festi Foot Tournois Photos de groupe  |
| **12h30 : Déjeuner** | **12h30 : Déjeuner** | **12h30 : Déjeuner** | **12h30 : Déjeuner** | **12h30 : Déjeuner** |
| 13h30 : Activités encadrées par l’équipe d’animation  | 13h30 : Activités encadrées par l’équipe d’animation  | 13h30 : Activités encadrées par l’équipe d’animation  | 13h30 : Activités encadrées par l’équipe d’animation  | 13h30 : Activités encadrées par l’équipe d’animation 14h15 : Présentation de la séance – vestiaires 14h30-16h00 : Séance terrain. Fin du tournoi (phases finales)  |
| **15h00 : Goûter** | **15h00 : Goûter** | **15h00 : Goûter** | **15h00 : Goûter** |
| 15h15 : Présentation de la séance – vestiaires 15h30-17h30 : Séance terrain Parcours technique individuelle : Jonglerie, conduite et tir Match à thème Hydratation et étirements  | 15h15 : Présentation de la séance – vestiaires 15h30-17h30 : Séance terrain Parcours technique passe et va, passe et suit et tir Match à thème Hydratation et étirements |  Festi Foot Tournois  | 15h15 : Présentation de la séance – vestiaires 15h30-17h30 : Séance terrain Jeux réduits Jeux de volée Jeux de finition (Volée demi volée jeu de tête) sous formes de tournois  |
| **16h30 : Goûter et Bilan de la semaine** |
| **19h00 : Dîner** | **19h00 : Dîner** | **19h00 : Dîner** | **19h00 : Dîner** | 17h00 : Cérémonie de clôture |
| 20h30 : Animations  | 20h30 : Animations  | 20h30 : Animations  | 20h30 : Animations  | 18h00 : Clôture  |
| **22h30 : Coucher** | **22h30 : Coucher** | **22h30 : Coucher** | **22h30 : Coucher** |