**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** |