



STAGE REGIONAL "Catégorie U15 AVENIR" (joueurs nés en 2004 )		
ST SEBASTIEN/LOIRE		
	Lundi 11 février	Mardi 12 février
8 h 00		Tests anthropométriques : Poids / Taille
8 h 10		PETIT DEJEUNER
9 h 00	REUNION DE L'ENCADREMENT	Entretiens individuels
09 h 30	Accueil	Préparation vestiaires
10 h 00	Préparation vestiaires	<u>Terrain :</u> <i>S'opposer à la progression</i>
10 h 30	<u>Terrain :</u>  <i>Finition</i>	
12 h 30	DEJEUNER	DOUCHE - soins
13 h 30	REPOS	DEJEUNER
14 h 00	Programme Educatif Fédéral : Arbitrage - Le Hors Jeu	REPOS
15 h 00	Préparation vestiaires	Préparation vestiaires
15 h 30	<u>Terrain :</u>  <i>Déséquilibrer</i>	<u>Terrain :</u>  <i>Conserver / progresser</i>
17 h 00		Douche - goûter - soins
17 h 30	Douche - goûter - soins	CLOTURE
18 h 00	Entretiens individuels	REUNION DE L'ENCADREMENT
19 h 00	Relaxation / Etirements	ENCADREMENT
19 h 30	DINER	Vincent Garnier C.T.D. 72
20 h 45	Programme Educatif Fédéral : Santé - Alimentation, Sommeil, écrans	Denis Calesse E.T.R.
22 h 15	EXTINCTION DES FEUX	Pascal Regent dirigeant Arnaud Maindrou Spécialiste GDB
		F. Bodineau C.T.R. en charge du P.P.F.