



STAGE REGIONAL "Catégorie U15 ELITE" (joueurs nés en 2004 )		
C.R.T. de ST SEBASTIEN/LOIRE		
	Jeudi 14 février	Vendredi 15 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>	
		Douche - soins
12 h 30	DEJEUNER	DEJEUNER
13 h 30	REPOS	REPOS
14 h 00	Programme Educatif Fédéral : Arbitrage - Le Hors Jeu	Préparation vestiaires
15 h 00	Préparation vestiaires	<u>Terrain :</u> <i>Conserver / progresser</i>
15 h 30	<u>Terrain :</u> <i>Déséquilibrer</i>	
		Douche - goûter - soins
17 h 00		CLOTURE
17 h 30	Douche - goûter - soins	REUNION DE L'ENCADREMENT
18 h 00	Entretiens individuels	ENCADREMENT
19 h 00	Relaxation / Etirements	Franck Maufay - Directeur du Pôle Espoir
19 h 30	DINER	Arnaud Maindrou Spécialiste GDB
20 h 45	Programme Educatif Fédéral : Santé - Alimentation, Sommeil, écrans	Mickaël Herrieau - dirigeant
		F. Bodineau C.T.R. en charge du P.P.F.
22 h 15	EXTINCTION DES FEUX	