



Stage Départemental U15 Génération 2005

Responsables :

DJEBAR Farid (Vice-Président du District de Lyon et du Rhône)

SUBRIN Benoît (Conseiller Technique Départemental) 06 98 70 23 49

Mercredi 28 Août 2019	Jeudi 28 Août 2019	Vendredi 30 Août 2019
10h00-10h45 Accueil des parents et des joueurs	7h30 - 8h00 Réveil / Douche	7h30 - 8h00 Réveil / Douche
	8h - 8h45 Petit-déjeuner	8h - 8h45 Petit-déjeuner
10h45 - 11h30 Présentation Générale du Stage	9h45 - 11h45 Opposition à 11c11 Triangulaire 3x25'	8h45 - 9h15 Rangement des chambres
11h30 - 12h00 Tests		10h - 11h30 Tournoi de Tennis-Ballon
12h15 - 13h30 Déjeuner	12h30 - 13h45 Déjeuner	12h00 - 13h00 Déjeuner
13h30-14h15 Repos en chambre	13h45 -14h15 Repos en chambre	13h - 13h30 Repos en salle TV
14h30-15h30 Spécifique GB	14h30-15h30 Spécifique GB	13h30 - 14h00 Présentation Match Consignes pour le Match
14h30 - 15h Tests (suite)	14h30 - 15h Retour Vidéo	14h15-16h45 Match à 11c11 2x40' ou 3x30'
15h30-17h30 Séance d'entraînement Technique et Jeux de conservation	15h30-17h30 Séance d'entraînement Problèmes de jeu	17h00 - 17h45 Clôture du stage Bilan du stage & perspectives Départ des joueurs
18h-19h Temps libre	18h-19h Temps libre	
19h15 - 20h15 Dîner	19h15 - 20h15 Dîner	
20h30 - 21h45 OGC Nice – O. Marseille	20h30 - 21h30 Bilan Journée / Temps libre	
21h45 - 22h00 Retour dans les chambres	21h30 - 21h45 Retour dans les chambres	
22h15 Extinction des lumières	22h00 Extinction des lumières	

Lycée René Descartes

145 Avenue de Gadagne

69230 Saint-Genis-Laval

Complexe Sportif Beauregard

179 Avenue de Gadagne

69230 Saint-Genis-Laval