

PLANNING SAMEDI 8 JUIN 2019

TERRAIN A perf 2007

TERRAIN B catégorie C

TERRAIN C catégorie B

9 h 1 5 - 1 1 h	Accueil et contrôle des présences ----- ECHAUFFEMENT: passe et suivre selon exercices du fil rouge 1. Le Losange 2. L'Arbalète 3. Le Carré Magique ou double triangle	Accueil et contrôle des présences ----- ECHAUFFEMENT: passe et suivre selon exercices du fil rouge 1. Le Losange 2. L'Arbalète 3. Le Carré Magique ou double triangle	Accueil et contrôle des présences ----- ECHAUFFEMENT: passe et suivre selon exercices du fil rouge 1. Le Losange 2. L'Arbalète 3. Le Carré Magique ou double triangle
1 1 - 1 2 h 3 0	TEST DES 504 M + test jonglage ----- Exercices de conservation de balle 1. Le Barca sans opposition avec deux mannequins 2. Conservation à trois équipes	TEST TECHNIQUE: 1. Conduite de balle dans rond centrale 2. Frappes à 16m 3. Match	Exercices de conservation de balle 1. Le Barca avec opposition 2. Les 3 zones 3. Conservation à trois équipes ----- TEST DES 504 M + test jonglage
	repas de midi	repas de midi	repas de midi
1 3 h 4 5 - 1 5 h	TEST TECHNIQUE: 1. Conduite de balle dans rond centrale 2. Frappes à 16m ----- Conservation de balle les 3 zones	TEST DES 504 M + test jonglage ----- Exercices de conservation de balle 1. Le Barca sans opposition avec deux mannequins 2. Conservation à trois équipes	Thème Tactique: 1. Protection de son espace de jeu 2. Marquage de zone sans balle 3. Marquage de zone avec balle
1 5 - 1 6 h 3 0	Thème Tactique: 1. Protection de son espace de jeu 2. Marquage de zone sans balle 3. Marquage de zone avec balle	Thème Tactique: 1. Protection de son espace de jeu 2. Marquage de zone sans balle 3. Marquage de zone avec balle	TEST TECHNIQUE: 1. Conduite de balle dans rond centrale 2. Frappes à 16m 3. Match

PLANNING DIMANCHE 9 JUIN

TERRAIN A perf 2007

TERRAIN B catégorie C

TERRAIN C catégorie B

9 h 1 5 - 1 1 h	Accueil et contrôle des présences ----- ECHAUFFEMENT: style match ----- TE sous pression: 5 jonglages et part ----- TEST LEGER "20 mètres"	Accueil et contrôle des présences ----- ECHAUFFEMENT: style match ----- TE sous pression: 5 jonglages et part ----- TEST LEGER "20 mètres"	Accueil et contrôle des présences ----- ECHAUFFEMENT: style match ----- TE sous pression: 5 jonglages et part ----- TEST LEGER "20 mètres"
1 1 - 1 2 h 3 0	CONCOURS TECHNIQUE: La Cible Passes de précision Test Navette 2 ballons Méthodologie du coup de tête Match à plusieurs goals	CONCOURS TECHNIQUE: La Cible Passes de précision Test Navette 2 ballons Méthodologie du coup de tête Match à plusieurs goals	CONCOURS TECHNIQUE: La Cible Passes de précision Test Navette 2 ballons Méthodologie du coup de tête Match à plusieurs goals
	repas de midi	repas de midi	repas de midi
1 3 h 4 5 - 1 5 h	Départ en car à 13h30 pour aller soutenir la "une" de l'ASHB qui joue les finales de promotion en 2ème ligue à Lonay	Départ en car à 13h30 pour aller soutenir la "une" de l'ASHB qui joue les finales de promotion en 2ème ligue à Lonay	Départ en car à 13h30 pour aller soutenir la "une" de l'ASHB qui joue les finales de promotion en 2ème ligue à Lonay
1 5 - 1 6 h 3 0	Retour en car au Chalet à Gobet prévu à 17h30	Retour en car au Chalet à Gobet prévu à 17h30	Retour en car au Chalet à Gobet prévu à 17h30

PLANNING LUNDI 10 JUIN 2019

TERRAIN A perf 2007**TERRAIN B catégorie C****TERRAIN C catégorie B**

9 h 1 5 - 1 1 h	Accueil des joueurs Echauffement TE + TA Les principes du surnombre 1. phase offensive 2. phase défensive	Accueil des joueurs Echauffement TE + TA Les principes du surnombre 1. phase offensive 2. phase défensive	Accueil des joueurs Echauffement TE + TA Les principes du surnombre 1. phase offensive 2. phase défensive
1 1 - 1 2 h 3 0	Concours: Frappe de la tête ----- TE + TA: Les remises en jeu ----- TE + TA: L'attaque du goal	Concours: Frappe de la tête ----- TE + TA: Les remises en jeu ----- TE + TA: L'attaque du goal	Concours: Frappe de la tête ----- TE + TA: Les remises en jeu ----- TE + TA: L'attaque du goal
	repas de midi	repas de midi	repas de midi
1 3 h 4 5 - 1 5 h	Tournoi	Tournoi	Tournoi
1 5 - 1 6 h 3 0	Match Les Coachs - Team Joueurs ----- résultats du concours et remise des prix de chaque catégories ----- clôture du camp	Match Les Coachs - Team Joueurs ----- résultats du concours et remise des prix de chaque catégories ----- clôture du camp	Match Les Coachs - Team Joueurs ----- résultats du concours et remise des prix de chaque catégories ----- clôture du camp