GUIDE

DIRIGEANT U9

ROCHETTE Lionel

LA PRATIQUE

- EFFECTIF

4 Joueurs + 1 Gardien (3 Remplaçants)

- LE PLATEAU U9

5 équipes

4 Matchs par équipe

Match de 10Min sans Mi-temps

- TERRAIN

25M sur 45M

SUITE

- LE BALLON

Taille 3

- ARBITRAGE

A l'extérieur du terrain (sur ligne de touche)

- ATELIERS PSYCHOMOTRICITE

A mettre en place par le club recevant le plateau

DATES A RETENIR

- JOURNEE D'ACCUEIL U9

Le Samedi 24 Septembre

- PLATEAUX DE RENTREE

Les 15/10,05/11,19/11,26/11,03/12

- PLATEAUX D'HIVER

Les 14/01,21/01,28/01,04/02,03/03

- PLATEAUX DE PRINTEMPS

Les 17/03,24/03,31/03,28/04,05/05

- JOURNEE NATIONALE U9 (Date Nationale)

Le 30/05/2012 ??

FORMATION DE CADRES FOOT A 5

- MODULE U9

Formation en soirées, gratuite

4 soirées 18h-22H

Alternance de cours théoriques et séances terrain

2 à 3 Sites dans le département

Fiche d'inscription à télécharger sur le Site du District Gard Lozère

SUITE

- INITIATEUR 1

1 Semaine de stage (5 jours)

46 Euros de frais théoriques

Inscription Ligue Languedoc Roussillon (04/67/15/95/31)

Du 24/10 au 28/10/2011

Du 23/01 au 27/01/2012

LA SEANCE D'INITIATION 1H15

- DEVELOPPER LA MOTRICITE
- JEU PRE SCOLAIRE (Béret, épervier…)
- TRAVAIL TECHNIQUE (Joueur/Ballon)
- SITUATION PROBLEME (Ex:2 contre1)
- MATCH (5 contre 5)

COORDONNEES REFERENTS TECHNIQUES

- DISTRICT GARD LOZERE CONSEILLERS TECHNIQUES

Mrs ALCARAZ, ROCHETTE

04/66/36/96/95

technique@gard-lozere.fff.fr

Site:gard-lozere.fff.fr