



## PARCOURS D'EXCELLENCE SPORTIVE U14 GENERATION 2005



- **Date** : Lundi 25 et Mardi 26 février 2019
- **Lieu** : LA ROCHETTE (JOUR 1 ET JOUR 2) et ST PIERRE D'ALBIGNY (JOUR 1).
- **Nombre de joueurs présents** : JOUR 1 = 71 (2 sites), JOUR 2 = 38 (1 site).
- **Clubs représentés** : AIX FC, CHAMBERY SF, CHARTREUSE US, DRUMETTAZ ES, ES TARENTEISE, FC HAUTE TARENTEISE, NIVOLET FC, ST MICHEL-VILLARGONDRAN, ST PIERRE, GROUPEMENT AVANT PAYS SAVOYARD, GROUPEMENT EPINE, LA ROCHETTE FC, MONTMELIAN AF, UGINE AS, ALBERTVILLE UO, HAUTE COMBE AS, MERCURY FC.
- **Encadrement** : Julien TRANCHANT (CTF 73), Edouard FROGER (CTD 73), Jimmy JUGLARET (ETD 73), Benjamin ALLART, Philippe DHERBEYS, Rafik ES SLASSI, Julien PERNEY et Lionel TROLLIET (tous membre de la Commission Technique 73).
- **Contenu terrain jour 1 (LA ROCHETTE)** :
  - ✓ **Matin** : opposition 11 contre 11 (2 x 40 minutes).

- ✓ **Après-midi :**
- ✓ Protocole d'échauffement (3 x 10 minutes) :
  - Calcul optico moteur au sol / travail de prise d'infos / motricité
- ✓ Séance d'entraînement (2 x 30 minutes) :
  - Jeu offensif : conserver sous pression et/ou déséquilibrer.
  - Situation défensive : récupérer le ballon en bloc.
  
- **Contenu terrain jour 1 (ST PIERRE) :**
  - ✓ **Matin :** tournoi foot à 8 (4 équipes formule championnat).
  - ✓ **Après-midi :** opposition 11 contre 11.
  
- **Contenu terrain jour 2 (LA ROCHETTE) :**
  - ✓ **Matin :**
  - ✓ protocole d'échauffement (3 x 10 minutes)
    - Jeu réduit / Tennis Ballon / Toro.
    - Jeu offensif : conserver sous pression et/ou déséquilibrer.
    - Situation défensive : récupérer le ballon en bloc.
  
  - ✓ **Après-midi :** opposition 11 contre 11 (2 x 40 minutes).
  
- **Remerciements aux municipalités et aux clubs du FC LA ROCHETTE et de ST PIERRE SPORT pour la mise à disposition des infrastructures et la qualité de l'accueil.**
  
- **Prochains rendez-vous :**
  - ✓ LUNDI 15 et MARDI 16 AVRIL = stage départemental U14 en pension complète (32 joueurs convoqués).
  - ✓ LUNDI 22 au MERCREDI 24 AVRIL = stage régional (académie de Grenoble) en pension complète (5 joueurs convoqués).
  
- **Les convocations pour le stage départemental seront transmises (clubs + parents) 3 semaines avant le rassemblement.**