



Planning des entraînements du Beaumont SA saison 2023-2024 (hors vacances scolaires)



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
U6-U7			14h00 - 15h15			plateau 10h30-12h	
U8-U9			15h30-17h00		17h45-19h00	plateau 10h30-12h	
U10-U11	17h45-19h00		15h30-17h00			match 10h30-12h	
U12-U13		17h45-19h00		17h45-19h00		match 13h45-15h30	
U13F/U15F			18h-19h30	18h-19h30		match 13h30-15h	
U14			17h30-19h00		17h45-19h00	match 15h30-17h30	
U17	19h00-20h30				19h30-21h00	match 15h30-17h30	
Séniors			19h30-21h00		19h30-21h00		match 15h-17h

ELEMENTS INDISPENSABLES DU FOOTBALLEUR(SE):

DES QUE J'ARRIVE JE DIS BONJOUR A MON EDUCATEUR

- 1- Venir avec son sac de foot (et non pas directement habillé sans affaire)
- 2- Je me change dans les vestiaires et je laisse mon sac dedans (aucun sac ne sera toléré sur les terrains)
- 3- Je viens en baskets et non en crampons directement (**prévoir à tous les entraînements les baskets pour futsal ou jogging peu importe le temps**)
- 4- Je prévois à tous les entraînements ma gourde avec mon nom et prénom dessus
- 5- Prévoir des vêtements de rechange et surtout des affaires contre le froid et la pluie (kway, pantalon, pull, gants, bonnet, casquette...)
- 6- Prévoir le nécessaire de douche (shampoing, serviette). **Prendre sa douche pour l'hygiène, la prévention des blessures et la récupération physique**
- 7- Après l'entraînement je n'oublie rien. Je pense aux affaires avec lesquelles je suis venu

JE DIS AU REVOIR A MON EDUCATEUR