



# Planning des entraînements et matchs du Beaumont SA saison 2024-2025 (hors vacances scolaires)



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>U6-U7(mixte)</b> <i>nés en 2018 et 2019</i>			14h00 - 15h15			plateau 10h30-12h	
<b>U8-U9(mixte)</b> <i>nés en 2016 et 2017</i>	18h00 - 19h30		14h00 - 15h30			plateau 10h30-12h	
<b>U11</b> <i>nés en 2014 et 2015</i>		18h00 - 19h30	15h30 - 17h00			match 10h30-12h	
<b>U13</b> <i>nés en 2012 et 2013</i>			15h30 - 17h00		17h45 - 19h15	match 13h30-15h	
<b>U13F/U15F</b> <i>nées entre 2009 et 2015</i>			17h30 - 19h00		17h45 - 19h15	match 13h30 ou 15h30	
<b>U15</b> <i>nés en 2010 et 2011</i>			17h30 - 19h00		17h45 - 19h15	match 15h30-17h30	
<b>U18</b> <i>nés en 2007, 2008 et 2009</i>			17h45 - 19h15		19h30 - 21h00	match 15h30-17h30	
<b>Gardiens</b>	18h00 - 19h30		14h00 - 19h00				

## 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 (shampooing, 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