



Planning Vacances Avril 2015 - U7 à U18 (du lundi 13 Avril au vendredi 24 Avril 2015)

Catégorie	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
U7			14h00-15h15		11h00 - 12h30 et 14h30 - 16h30 (prévoir pique nique)
U9			15h30-17h00		11h00 - 12h30 et 14h30 - 16h30 (prévoir pique nique)
U11		11h00 - 12h30 et 14h30 - 16h30 (prévoir pique nique)		14h30-16h00	
U13		11h00 - 12h30 et 14h30 - 16h30 (prévoir pique nique)		14h30-16h00	
U15			17h30-19h00	16h30-18h00	
U18			17h30-19h00		19h30-21h

Séance à dominante technique (circuit, répétition de gestes technique (passes, contrôle, tir, dribble, etc...))	Journée complète avec pique-nique : séance technique le matin. Tests + mini tournoi l'après-midi	Séances habituelles
---	--	---------------------

Les tests

Catégorie	Jonglerie	Circuit conduite	mini-cooper (6') (Piste = 200m)	cooper (12') (Piste = 200m)	Vitesse (20m)
U7	X	X			
U9	X	X			
U11	X	X	X		X
U13	X	X	X		X

Jonglerie : 3essais par types -> PD, PG, T et Libre (echauffement individuel + éducateur appelle les joueurs et compte les touches)