



2^{ème} Stage Alsace U13F



Rendez-vous au club house de l'AS Mutzig, 17 rue du docteur Schweitzer 67190 MUTZIG

MERCREDI 16 FÉVRIER 2022

9h30 : Accueil / Ouverture du stage / Rappel des objectifs et règles de fonctionnement

10h : Installation dans les chambres

10h15 : Vestiaire

10h30 – 12h30 : Séance « conserver/progresser » / Défi jonglage

12h45 : Déjeuner

14h00 : Intervention sur les lois du jeu

14h30 : Vestiaire

14h45 – 16h30 : Séance « principes défensifs individuels » / Défi jonglage

19h00 : Diner

20h30 : Inclusion et temps d'échange

JEUDI 17 FÉVRIER 2022

8h00 : Réveil

8h15 : Petit-déjeuner

10h : Vestiaire

10h15 – 12h00 : Séance « déséquilibrer/finir » / Défi conduite

12h15 : Déjeuner

13h45 : Intervention sur la section sportive performance « Jean Monnet »

14h30 : Vestiaire

14h45 – 16h30 : Opposition

17h15 : Goûter / Clôture du stage avec les parents

A titre d'indication, les prochains rendez-vous (sous réserve d'être convoquée):

- **Stage n°3 rassemblement régional en Lorraine** : mardi 19 avril et mercredi 20 avril 2022
- **Concours d'entrée à la section sportive Jean Monnet** : lundi 25 avril 2022
- **Journée finale à Achen** : mercredi 1er juin 2022