



STAGE DEPARTEMENTAL

Projet de Performance Fédéral (PPF) U.15

Alençon

21 et 22 décembre 2018



PROGRAMME



Vendredi 21 décembre 2018

- 18H30 : Accueil au collège ST François de Sales à Alençon.
- 19H00 : Repas
- 20H00 : présentation des objectifs et rappel des attentes du PPF
- 20H30 : jeu sur la cohésion de groupe.
- 22H00 : coucher

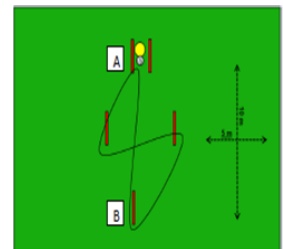
Samedi 22 décembre 2018

- 7H30 : Petit déjeuner
- 8H45 : Accueil au stade J.Fould à Alençon.

9H00 : Terrain tests (3 groupes) et spécifique gardien.

- Test vitesse 10m/30m avec cellules photo-électriques
- Test de jonglerie (statiques) (3x50)
- Test de conduite
- Spécifique GB

- 10h00 : jeu réduit 9 contre 9
- 10H45 : Animation défensive et CPA.
- 11H30 : Douche – récupération
- 12H00 : Déjeuner
- 14H00 : Animation offensive
- 14H30 : jeu 11 contre 11
- 15H30 : débriefing de la journée
- 16H00 : fin de la journée (stade J.Fould).



ENCADREMENT:

Florent Jiquel (CTR Orne-Manche) Stéphane Périnet (BEF) et Jérôme Chatelais (BEF)
Alain Collas (Spécifique GB), Clément Badrot (BPJEPS) intervenant GB.

LOGISTIQUE :

Vahé RUSHANYAN (jeune en service civique)

MATERIEL DES SELECTIONS :

- 4 jeux de chasubles de couleurs différentes
- 20 ballons
- 1 décimètre, 1 chronomètre, les cellules photo-électriques