

PROGRAMME DU STAGE D'ETE DU FC CROIX ROUSSIEN - 6 AU 10 JUILLET 2015

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
08:30	TEMPS D'ACCUEIL CLUB HOUSE STADE DES CHARTREUX				
09:00					
09:30					
10:00	Présentation du stage - Remise des équipements	VESTIAIRES	VESTIAIRES	VESTIAIRES	VESTIAIRES
10:15		Le Jeu de volée	Les remises et déviations	Les duels 1VS1 et 2VS2	Les différentes passes
10:30					
10:45	VESTIAIRES				
11:00	Tests techniques 1 (jonglages, conduite de balle...)	Matches	Matches	Matches	Tests techniques 2 (jonglages, conduite de balle...)
11:15					
11:30					
11:45					
12:00	REPAS				
12:15					
12:30					
12:45					
13:00					
13:15	INTERVENTIONS / REFLEXIONS sur : Diététique - Arbitrage - Dopage - Lois du jeu - Tactique foot				
13:30					
13:45					
14:00	VESTIAIRES	Activité Acrobranche "France Aventures"	Visite au Musée des Confluences	Course d'orientation au parc de la Ceriseraie	VESTIAIRES
14:15	Les Tirs				Grand Tournoi
14:30					
14:45					
15:00	Matches				
15:15					
15:30					
15:45	Goûter	Goûter	Goûter	Goûter	Cérémonie de clotûre
16:00					
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					