



# Stage Gardien

Stage U10-U13  
(lundi 29 & Mardi 30 Octobre)

Stage U14-U18  
(Mercredi 31 octobre & Vendredi 2 Novembre)

Pendant les vacances scolaires le club de L'AF Virois propose un stage pour les gardiens catégorie U10- U13/U14- U18. Le Lundi 29, le Mardi 30 et Mercredi 31 Octobre, Vendredi 2 Novembre 2018. Lors de ce stage, votre enfant participera à différentes activités.

## U10 / U13

Football perfectionnement (durant les 2jours)

### Lundi 29 Octobre

- Séance d'entraînement
- Séance vidéo sur le poste de Gardien de but
- Suivi d'un spécifique Gardien

### Mardi 30 Octobre

- Séance d'entraînement
- Activité Extra ludique

## U14 / U18

Football perfectionnement (durant les 2jours)

### Mercredi 31 Octobre

- Séance d'entraînement
- Suivi d'un spécifique Gardien
- Entraînement du Stade Malherbe de Caen

### Vendredi 2 Novembre

- Séance d'entraînement
- Séance vidéo sur le poste de Gardien de but
- Activité Extra ludique

Le stagiaire devra se munir du pique-nique pour les midis. Le goûter et pris en charge par le club.

Attention le nombre de place est limité ! (15 enfants par session)

Le coupon rempli et signé par le responsable légal. / Le règlement de (25 euros).

## U10 - U11 / U12 - U13

### Lundi 29 Octobre 2018

- 9h50 : Accueil des Gardiens  
présentation de la journée
- 10h00 : Spécifique Gardien
- 12h00 : Fin du Spécifique
- 12h30 : Repas
- 14h00 : Séance vidéo  
(sur le poste de gardien de but)
- 15h00 : Fin de Séance vidéo
- 15h15 : Tennis de Table
- 16h15 : Fin d'activité
- 16h45 : Goûter

### Mardi 30 Octobre 2018

- 9h50 : Accueil des Gardiens  
présentation de la journée
- 10h00 : Spécifique Gardien
- 12h00 : Fin du Spécifique
- 12h30 : Repas
- 14h00 : Balade
- 15h30 : Bowling
- 16h30 : Goûter

---

## U14 / U15 / U18

### Mercredi 31 Octobre 2018    Vendredi 2 Novembre 2018

- 9h30 : Accueil des Gardiens  
présentation de la journée
- 9h50 : Vestiaire
- 10h00 : Spécifique Gardien
- 12h00 : Fin de Séance
- 12h30 : Repas
- 13h00 : Visite au Stade Malherbe de Caen
- 15h30 : Fin de la visite + Goûter
- 16h00 : Retour

- 9h50 : Accueil des Gardiens  
présentation de la journée
- 10h00 : Spécifique Gardien
- 12h00 : Fin du Spécifique
- 12h30 : Repas
- 13h30 : Séances Vidéo (Sur le poste de Gardien  
de but)
- 14h30 : Fin de la séance vidéo
- 14h50 : Départ pour l'Activité
- 15h30 : LASER Game (St Lo)
- 16h30 : Fin d'Activité (Laser Game) + Goûter
- 17 :00 - Retour



**Documents à retourner avant le Mardi 23 Octobre au 2018**

Nom : ..... Prénom : ..... Catégorie : .....

Clubs : ..... Age : .....

\*Père, Mère / Tuteur autorise mon enfant à participer au stage le **29, 30 Octobre**

***Ou* Le 31 Octobre, 2 Novembre 2018.**

Date et signature du responsable légal :

