



# A.S. TOURNUS FOOT

ASSOCIATION SPORTIVE TOURNUSIENNE DE FOOTBALL

## PLANNING ENTRAINEMENTS SAMEDI 19 DECEMBRE 2020

### CHALLENGE ONZE D'OR AST (60') + BÛCHE DE NOËL (30')

|     |  |   |  |
|-----|--|---|--|
| 10H | <b>U6-U7-U7F-U8-U8F</b><br><i>10H à 11H30</i>  | <b>U9</b><br><i>10H30 à 12H</i>         |  |
| 11H |  |   |  |
| 12H | <b>PRESENCE DES JOUEURS 15' AVANT LE DEBUT DE LA SEANCE (venir en tenue de foot)</b>   |   |  |
| 13H | <b>U10</b><br><i>13H30 à 15H</i>   |   |  |
| 14H |  | <b>U11 + U13F</b><br><i>14H à 15H30</i> |  |
| 15H |  |   | <b>U12 - U13</b><br><i>15H à 16H30</i> |
| 16H | <b>U15 - U18 - SENIOR</b><br><i>16H à 17H30</i>  |   |  |
| 17H |  |   |  |
|     | <p><b>CHALLENGE ONZE D'OR AST:</b> Plusieurs groupes de X joueurs seront fait en début de séance, à l'intérieur de ses groupes les joueurs s'affronteront à travers 5 ateliers techniques durant 6 minutes. Chaque atelier rapportant des points individuelles d'après un barème spécifique. En fin de séance, les joueurs ayant accumulés le plus de point dans chaque groupe intégrera le Onze d'Or (qui regroupera toutes les catégories du club U6 à Senior)!!</p> |   |  |