



FORMATION CONTINUE DES DIRIGEANTS ET EDUCATEURS DES EQUIPES FEMININES JEUDI 20 AVRIL 2023 AU SIEGE DU DISTRICT A VESOUL

9H15 : Accueil des participants

9H30 à 11H30 : Travail autour de plusieurs thématiques :

- L'entraînement des joueuses U13, U15, U18 (travail athlétique et prévention des blessures)
- La connaissance du jeu et les systèmes de jeu, foot à 8 et foot à 11
- Les différents facteurs de la performance.

11H30 à 12H00 : bilan de la matinée, présentation du PPF féminin

12H00 à 13H30 : repas en commun

13H00 : observation échauffement et rencontre U13F foot à 8 – Sélection U13F Haute- Saône / FC Vesoul

15H00 : rencontre U15F foot à 11 - Sélection U15F Haute- Saône / FC Sochaux

**Merci de nous confirmer par mail POUR LE 17 AVRIL 2023
les noms, prénoms des personnes de votre club qui assisteront à la journée.**