



STAGE FOOT-VACANCES

BY FC METZ



DIMANCHE

ENTRE 14H ET 16H

Accueil des stagiaires
Installation en chambre
Distribution des équipements
Réunion de présentation de la semaine (parents et joueurs)

 17H30-19H
Entraînement football


19H15
Dîner

20H15-21H30
Activités libres :
Jeux d'extérieur ou d'intérieur
Tennis de table
Baby-foot
Tennis-ballon

22H
Coucher

LUNDI

8H-8H30
Petit-déjeuner

 9H45-11H30
Entraînement football

12H30
Repas

13H-14H
Permanence kiné

14H-17H
Activités football :
Golf-foot
Tennis-ballon
Parcours techniques
Mini-foot
But à but
Visite Stade St Symphorien

17H15
Goûter

17H30-19H
Temps libre


19H15
Dîner

20H15-21H30
Par groupe :
Grand jeu extérieur
Quizz et jeux d'adresse
Tournoi de tennis-ballon

22H
Coucher

MARDI

8H-8H30
Petit-déjeuner

 9H45-11H30
Entraînement football

12H30
Repas

13H-14H
Permanence kiné

14H-17H
Animations sportives :
Olympiades par équipes
Canoë
Golf
Tennis de Table
Patin à glace
VTT
Tennis
Tir à l'arc
Basket

17H15
Goûter

17H30-19H
Temps libre


19H15
Dîner

20H15-21H30
Par groupe :
Grand jeu extérieur
Quizz et jeux d'adresse
Tournoi de tennis-ballon

22H
Coucher

MECREDI

8H-8H30
Petit-déjeuner

 9H45-11H30
Entraînement football

12H30
Repas

13H-14H
Permanence kiné

14H-17H
Animations sportives :
Olympiades par équipes
Canoë
Golf
Tennis de Table
Patin à glace
VTT
Tennis
Tir à l'arc
Basket

17H15
Goûter

17H30-19H
Temps libre


19H15
Dîner

20H15-21H30
Par groupe :
Grand jeu extérieur
Quizz et jeux d'adresse
Tournoi de tennis-ballon

22H
Coucher

JEUDI

8H-8H30
Petit-déjeuner

 9H45-11H30
Entraînement football

12H30
Repas

13H-14H
Permanence kiné

14H-17H
Animations sportives :
Olympiades par équipes
Canoë
Golf
Tennis de Table
Patin à glace
VTT
Tennis
Tir à l'arc
Basket

17H15
Goûter

17H30-19H
Temps libre

19H15
Dîner

20H15-21H30
Au choix :
Tournoi de Tennis de table
Tournoi de Tennis-ballon
Tournoi de Baby-foot

22H
Coucher

VENREDI

8H-8H30
Petit-déjeuner

 9H45-11H30
Entraînement football

12H30
Repas

14H-16H30



Football
Tournoi 5 vs 5
Plaine St Symphorien

16H30-17H

Clôture du stage
Remise des récompenses
Bilans

