



ACADEMY
SENEGAL

STAGE

DU 26 DÉCEMBRE AU 30 DÉCEMBRE

 ACADEMY SENEGAL	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI
MATIN	BIENVENUE. REMISE DES ÉQUIPEMENTS. PHOTOS. TESTS DE NIVEAU. CRÉATION DES GROUPES.	THÈME OFFENSIF : POSSESSION, CONSERVER ET PROGRESSER. PATIENCE.	THÈME DÉFENSIF : PRESSING ET RALENTIR LA PROGRESSION, TECHNIQUES DÉFENSIVES. CONCENTRATION.	THÈME TRANSITIONS : OFFENSIVE ET DÉFENSIVE. REACTIVITÉ.	REPRISE DES THÈMES DE LA SEMAINE
PAUSE-DÉJEUNER					
APRÈS-MIDI	THÈME OFFENSIF : CONSTRUIRE DE L'ARRIÈRE, PASSE ET CONTRÔLE. TEAMWORK.	SESSION PAR GROUPE : - SUR LE TERRAIN : MATCH FILMÉ. - EN SALLE : CONFÉRENCE SUR LE TRAVAIL INVISIBLE SUR L'IMPORTANCE ET LA FORCE DU MENTAL DANS LE FOOTBALL DE COMPÉTITION.	SESSION PAR GROUPE : - SUR LE TERRAIN : TRAVAIL EN GROUPE RÉDUIT POUR UN TRAVAIL SUR MESURE SELON LES BESOINS INDIVIDUELS. - EN SALLE : DEBRIEF VIDÉO.	SESSION PAR GROUPE : - SUR LE TERRAIN : TRAVAIL EN GROUPE RÉDUIT POUR UN TRAVAIL SUR MESURE SELON LES BESOINS INDIVIDUELS. - EN SALLE : CONFÉRENCE SUR LE TRAVAIL INVISIBLE SUR LE THÈME DE LA NUTRITION ET LA PRÉPARATION PHYSIQUE.	MATCHS DE FIN DE STAGE. REMISE DES PRIX.

2 COLLATIONS PRÉVUES CHAQUE JOUR : EN MILIEU DE MATINÉE ET MILIEU D'APRÈS-MIDI.