

# U S F Trilport

## TAGE DE LA TOUSSAINT

HORAIRES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>8 H 30</b>	MISE EN ROUTE	MISE EN ROUTE	MISE EN ROUTE	MISE EN ROUTE	MISE EN ROUTE
<b>9 H 30</b>	ÉCHAUFFEMENT/JEU	ÉCHAUFFEMENT/JEU	ÉCHAUFFEMENT/JEU	ÉCHAUFFEMENT/JEU	ÉCHAUFFEMENT/JEU
<b>9 H 30</b>	SÉANCE PÉDAGOGIQUE CIRCUITS TECH /JEUX	SÉANCE PÉDAGOGIQUE COORDINATION AVEC BALLON	SÉANCE PÉDAGOGIQUE CIRCUITS TECH /JEUX	SÉANCE PÉDAGOGIQUE COORDINATION AVEC BALLON	SÉANCE PÉDAGOGIQUE CIRCUITS TECH /JEUX
<b>10 H 45</b>	JONGLAGES + CONTRÔLES	CONDUITES/ DRIBBLES	LES PASSES/ LES TETES	Les Tirs/ Les Centres Reprises	tests Techniques et Physiques
<b>10 H 45</b> <b>11 H 00</b>	COLLATION	COLLATION	COLLATION	COLLATION	COLLATION
<b>11 H 00</b> <b>11 H 30</b>	JEU DANS LES COULOIRS TECHNIQUE INDIVIDUELLE	APPUI SOUTIEN ESPACE TECHNIQUE INDIVIDUELLE	JEUX INTERVALLES TECHNIQUE INDIVIDUELLE	FIXATION RENVERSEMENT TECHNIQUE INDIVIDUELLE	PREPARATION DU TOURNOI
	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER
<b>14 H 00</b>	SÉANCE PÉDAGOGIQUE CADRER LE PORTEUR	SÉANCE PÉDAGOGIQUE SORTIR AU CADRAGE	SÉANCE PÉDAGOGIQUE PROTECTION BALLON	sortie au Z5 de Meaux	TOURNOI
<b>16 H 00</b>	CIRCUITS TECHNIQUES	CIRCUITS TECHNIQUES	CORPS OBSTACLE(def.off.)		
<b>16 H 00</b> <b>16 H 15</b>	GOÛTER	GOÛTER	GOÛTER		
<b>16 H 15</b> <b>17 H 00</b>	MATCH A THEME DE LA JOURNEE	MATCH A THEME DE LA JOURNEE	MATCH A THEME DE LA JOURNEE		
<b>17 H 00</b> <b>18 H 00</b>	DOUCHE ET DEPART	DOUCHE ET DEPART	DOUCHE ET DEPART	GOÛTER ET DEPART A PARTIR DE 17 H 30	DOUCHE ET DEPART