



Invitation des entraîneurs œuvrant pour le football féminin

Lieu : Salle de la Fontenelle, Cernier

Jour : Samedi 27 février 2010 de 8h30 à 13 h00

RDV : 8h30 devant la Fontenelle

Matériel : Tenue de footballeur, souliers de salle, de quoi prendre des notes

Responsable du cours : Sophie Sillère

Programme

Heure		Thème	Lieu
08.30	TH	Le Football Féminin	Salle de théorie
09.00	TH	Spécificité du football féminin et conséquences pour l'entraînement	Salle de théorie
09.30	TH	Prophylaxie des blessures	Salle de théorie
09.45	TH	Pause	
10.00	TH	Philosophie souhaitée par l'ASF « Vers quoi aller dans le canton »	Salle de théorie
10.30	TH	Entraînement technique efficace	Salle de théorie
10.45	TH	Les points de coaching de la passe à terre	Salle de théorie
11.00	PR	La passe à terre : évolution suivant le niveau	Petite salle
11.30	PR	Le 1:1 et le 2:2 défensif	Petite salle
12.15	PR	Forme de construction offensive	Petite salle
13.00		Clôture du cours	

TH : Théorie

PR : Pratique