PERFECTIONNEMENTS U12/U15F

Saison 2022/2023

Dans le cadre des perfectionnements U11/U15F, La Commission Technique du District de Football de la Corrèze organise des centres de perfectionnements féminins afin de compléter le cursus footballistique des U12/15F et de préparer au mieux les sélections futures.

Nous avons essayé de trouver un équilibre entre les jours de semaine et les samedis ou vacances scolaires dans l'intérêt des joueuses, des parents et des clubs.

Nous vous joignons une charte à respecter et à nous renvoyer par mail : ocoelho@lfna.fff.fr

Veuillez trouver les dates proposées :

- Lundi 23 Octobre 2023 : stage d'une journée au synthétique de Pounot de 9H30 à 16H30
- Lundi 20 Novembre 2023 : séance à Perpezac le Noir de 18H30 à 20H00
- Lundi 4 Décembre 2023 : séance à Perpezac le Noir de 18H30 à 20H00
- Lundi 19 Février 2024 : stage d'une journée au synthétique de Pounot de 9H30 à 16H30
- Lundi 25 Mars 2024 : : séance à Perpezac le Noir de 18H30 à 20H00
- Lundi 15 Avril 2024 : stage d'une journée au synthétique de Pounot de 9H30 à 16H30
- Lundi 13 Mai 2024 : séance à Perpezac le Noir de 18H30 à 20H00
- Mercredi 26 Juin 2024 : séance sur lieu à déterminer

Pour les joueuses nées en 2010, Certaines d'entre elles auront 1 à 2 journées supplémentaires afin de participer aux détections de la Sélection Limousin U14F (le Mercredi 7 Février 2024 à Limoges, tournoi pour les sélectionnées le Vendredi 1er Mars 2024 à Puymoyen)
Pour les joueuses nées en 2011 et 2012 : un tournoi interdistricts sur 2 jours aura lieu à Bordeaux les 25/26 Février 2024 pour 12 joueuses.
Veuillez trouver la liste des joueuses retenues et des joueuses à revoir lors du stage du 23/10/2023.

Nous ferons un rappel avant les dates.

Nota ; les joueuses de la section sportive ALLASSAC sont intégrées aussi le lundi soir (pas de séance section)

Liste des joueuses convoquées nées en 2009/2010

ALIXE Talia	18/12/2009	9602483964	506980 ET.S. AIGLONS BRIVE
BERNARD Zoe	07/04/2009	2547725769	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
BOULONNE Lilou	06/01/2009	9602823012	544358 A.S. JUGEALS NOAILLES
CHEZE Maelys	15/12/2009	2548131731	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
GAUTHIER Noemie	05/05/2009	2547707258	542517 TULLE FOOTBALL CORREZE
GONCALVES Jeanne	24/04/2009	2547752034	542517 TULLE FOOTBALL CORREZE
LACORE Sarah	15/01/2009	9603212773	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
LAJUGIE Anaelle	25/07/2009	2548075301	520724 C.A. BRIGNACOIS
LAURENT Noemie	13/04/2009	2548333798	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
PERLADE Noemie	17/08/2009	2548456261	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
POMMEPUY Nina	08/05/2009	9602804954	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
ROUSSELY Jade	04/07/2009	2548249160	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
CHENTRE Kelyssa	29/10/2010	9602804049	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
BRANDELY Elsa	19/01/2010	2548167712	519775 ENT.S. USSEL
DEBRIEL Thais	12/01/2010	2547855596	531736 A.S.P.O. BRIVE
DUTOIT Elisa	25/07/2010	2548070498	521180 U.S. DONZENACOISE
ESCOUROLLE Lea	24/06/2010	9603481450	519775 ENT.S. USSEL
FROGE Lola	19/08/2010	9602329848	529687 A.S. VIGILANTE MALEMORT
MARTINS Anna	12/08/2010	2547790909	542517 TULLE FOOTBALL CORREZE
LONGY Leane	30/06/2010	9602709453	519775 ENT.S. USSEL
MONTFORT Lea	19/04/2010	9602668083	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
MOURNAT Meline	01/10/2010	9603226284	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
SARGNAC Maellya	28/04/2010	9602936660	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
AZNABET Kenza	14/02/2010	9603614421	506980 ET.S. AIGLONS BRIVE

ENCADREMENT : LAURENT Sébastien, CLAUZEL Sandrine, BRANDY Yorick

Liste des joueuses convoquées nées en 2011/2012/2013

ANTUNES JARTON Louise	03/08/2012	9603304809	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
BOURG Naomie	31/05/2012	9604064514	547105 ENT. PERPEZAC SADROC
CAIZERGUES Lana	25/01/2011	9603098400	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
DUSSAILLANT Lilou	11/04/2012	9603680598	545015 FAVARS - ST MEXANT F. C
FAUREL Tessa	30/01/2011	2548193086	506980 ET.S. AIGLONS BRIVE
FIALIP Suzie	22/02/2011	2547945900	519918 F.C. ARGENTACOIS
FINDIK Amine	10/12/2011	9602711209	506980 ET.S. AIGLONS BRIVE
GUL Ceylin	20/10/2011	9602581270	542517 TULLE FOOTBALL CORREZE
GUVEN Firdevs	04/06/2011	2548481323	506980 ET.S. AIGLONS BRIVE
LASSERRE Louise	12/01/2011	9602792144	506980 ET.S. AIGLONS BRIVE
HAJJI BAKKALI Sefiya	05/06/2011	9603567981	507805 CERC.A. EGLETONS
OKSUZALI Elvan	15/06/2011	9603496453	519775 ENT.S. USSEL
POUYADOU Jade	20/04/2011	9602397002	528897 U.S. ST CLEMENTOISE
PRADEAU Lilly Rose	04/03/2011	9602468739	519775 ENT.S. USSEL
VALENZUELA Catalina	13/08/2012	9602918587	506980 ET.S. AIGLONS BRIVE
BARRIER Lola	22/10/2011	9603179223	ES USSAC
ROL Lily	22/12/2011	9603814362	ES USSAC
BOUZAMOUR Anissa			ES USSAC
ESTEVE Alana	18/02/2013	9602720650	524072 VARETZ A.C.
DELBALLE Ambre	30/06/2013	9603161607	542517 TULLE FOOTBALL CORREZE
DESLANDRES Mila	19/06/2013	9602792727	520724 C.A. BRIGNACOIS
LONGY Roxane	20/10/2013	9603481483	519775 ENT.S. USSEL
OLIVEIRA Inaya	23/05/2013	9603940991	542517 TULLE FOOTBALL CORREZE
VERGNE Ines	14/11/2013	9603319296	522853 ET.S. USSAC
TOMAS Chloe	25/01/2013	9602844469	531523 A. S. DE ST PANTALEON DE LARCHE
MORBEDADZE Anastasia	29/06/2011	9602331829	519775 ENT.S. USSEL

Encadrement : AUBRY Laurent, PIERRE Valentin, COELHO Olivier

Merci de confirmer la présence des joueuses
En cas de blessure ou d'absence, prévenir Olivier COELHO au 07.6049.89.05 ou par retour de mail : ocoelho@lfna.fff.fr

CHARTE DES CENTRES DE PERFECTIONNEMENT TECHNIQUES

Article 1

Le District de Football coordonne et organise les Centres de Perfectionnement Technique. Il met en œuvre les moyens matériels et humains.

Article 2

Il informe et communique à travers son site Internet (convocations, organisation et modifications) et la messagerie officielle des clubs.

Article 3

Les éducateurs « cooptés » s'engagent à encadrer les enfants et à animer l'ensemble des séances programmées sur les accords définis, et ce, **sans démarche de recrutement**

Article 4

Les parents et les clubs s'engagent à véhiculer les enfants.

Article 5

Les parents s'engagent à assurer la participation de leur enfant à toutes les séances et à informer en cas d'absence, le coordinateur (CTD PPF), au minimum 24 heures avant la séance dans la mesure du possible.

Article 6

Toutes absences « non justifiées » seront cumulées et à partir de 3, le joueur ne pourra plus participer aux séances proposées.

Article 7

Le coordinateur est Le Conseiller Technique Départemental PPF :
COELHO OLIVIER 07.60.49.89.05 ou ocoelho@lfna.fff.fr

Article 8

Je m'engage à signaler et à faire constater toute blessure au Responsable Technique du Centre de Perfectionnement Technique auquel je suis attaché.

Le Président de la Commission Technique
DA SILVA Alexandre

Le Responsable légal du joueur
……

Le joueur/La Joueuse
……

Nota : Document à retourner lors de la première séance dûment signé.

DROIT A L'IMAGE

Je soussigné, , autorise le District de Football de la Corrèze ou la Ligue de Football de Nouvelle Aquitaine à publier photos ou vidéos sur lesquelles ma fille apparaîtrait, et ce, de manière appropriée.

FICHE SANITAIRE

Allergies connues :

En cas de blessure grave, j'autorise le médecin fédéral ou le responsable de la délégation à prendre les décisions qui s'imposent en cas d'urgence ou d'impossibilité de joindre les parents ou responsables légaux.

Date : Signature :

Coordonnées des parents ou responsables légau en cas de problème :

1. …….....
2. …….
3. …….

U12-13F	U14-15F
Agrandir l'espace de jeu en largeur pour progresser Les prises de balle et les passes	Utiliser la largeur et la profondeur pour ressortir face à un bloc en place
Agrandir l'espace de jeu en largeur pour progresser en conduite Les prises de balle et la conduite en lecture	Utiliser la largeur et la profondeur pour ressortir face à un bloc haut
Agrandir l'espace de jeu en profondeur : trouver l'appui haut Voir loin-la passe claquée	Jeu combiné pour progresser (trouver la joueuse de face
Jeux-Situations et exercices sur les 3 thèmes Jeux réduits : le jeu en redemande	Jeux-Situations et exercices sur les 3 thèmes Apprendre à défendre en zone
Jouer combiné dans un couloir de jeu (notion de soutien) Jouer le duel 1vs1 (la feinte-le dribble)	Jouer combiné pour déséquilibrer
Jouer combiné dans un couloir (notion de surnombre)	Créer un surnombre pour déséquilibrer
Jeux-Situations et exercices sur le thème	
Jouer du 2vs1 vers le 3vs2pour déséquilibrer dans le couloir central	Sortir de la densité-jouer sous pression = conserver ou déséquilibrer
Défendre par ligne (cadrer-couvrir)	Réagir à la perte de balle