

CENTRE D'ENTRAÎNEMENT LOCAL DU MISTRAL LAURENTIEN



Le centre d'entraînement local 2010 du Mistral Laurentien est de retour cette année. Le but du centre d'entraînement est d'améliorer les techniques de base de chaque joueur individuellement dans un environnement favorable à leur apprentissage.

À travers les exercices, nous voulons que le jeune cherche à se dépasser et aussi, qu'il soit porté à toujours faire mieux.

Le soccer représente la société en format réduit où les jeunes peuvent s'épanouir et se développer sur tous les plans: physique, mentale, psychologique.



Moyens utilisés

Cibler un thème spécifique par séance

Atelier technique

Atelier de coordination

Dates du Centre d'entraînement local Mistral

Jour	Date	Terrain
SAMEDI	5 Juin	Poly A-L
SAMEDI	12 Juin	Chanterelle
SAMEDI	19 Juin	Poly A-L
SAMEDI	26 Juin	Chanterelle
SAMEDI	3 Juillet	Poly A-L
SAMEDI	10 Juillet	Chanterelle
SAMEDI	24 Juillet	Poly A-L
SAMEDI	31 Juillet	Chanterelle

Heure :

U8 et U9 : de 9h00 à 10h15

U10 et U11 : **ANNULÉ**