

Équipe : _____

Date : ____ / ____ / ____

Division : _____

SCÉANCE

Pratique # _____


Classe : _____

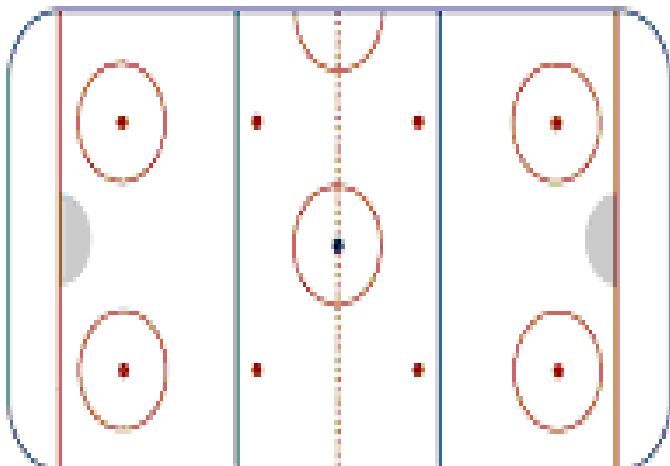
D'ENTRAÎNEMENT

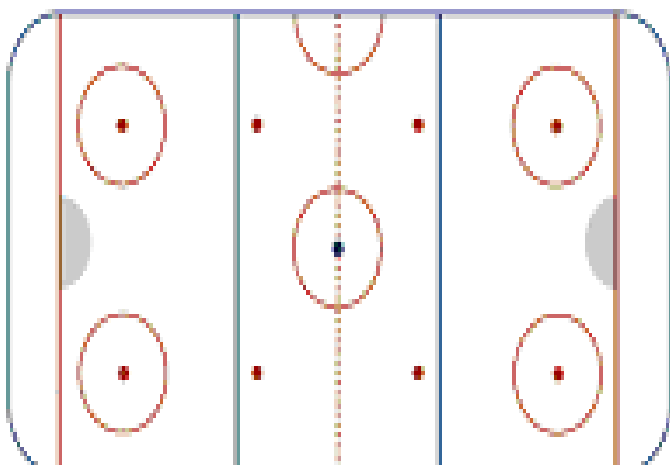
Durée : ____ min.

Assignation des joueurs

Ailiers Gauche	Centres	Ailiers Droit
Défenseurs Gauche		Défenseurs Droit
Gardiens		

Échauffement / étirements	min.
	Description :

Exercice #1 :	Élément de contenu :	min.
	<input type="checkbox"/> Technique <input type="checkbox"/> Tactique Ind. <input type="checkbox"/> Tact. Coll.	
	<input type="checkbox"/> Intro. <input type="checkbox"/> Dévelop. <input type="checkbox"/> Consol. <input type="checkbox"/> Maint.	
	<input type="checkbox"/> Contrôlé <input type="checkbox"/> Semi-contrôlé <input type="checkbox"/> Aléatoire	
	Description :	
	Gardien de but	
Élément de contenu :		
<input type="checkbox"/> Élément Technique <input type="checkbox"/> Élément Tactique		
<input type="checkbox"/> Intro. <input type="checkbox"/> Dévelop <input type="checkbox"/> Consol. <input type="checkbox"/> Maint.		

Exercice #2 :	Élément de contenu :	min.
	<input type="checkbox"/> Technique <input type="checkbox"/> Tactique Ind. <input type="checkbox"/> Tact. Coll.	
	<input type="checkbox"/> Intro. <input type="checkbox"/> Dévelop. <input type="checkbox"/> Consol. <input type="checkbox"/> Maint.	
	<input type="checkbox"/> Contrôlé <input type="checkbox"/> Semi-contrôlé <input type="checkbox"/> Aléatoire	
	Description :	
	Gardien de but	
Élément de contenu :		
<input type="checkbox"/> Élément Technique <input type="checkbox"/> Élément Tactique		
<input type="checkbox"/> Intro. <input type="checkbox"/> Dévelop <input type="checkbox"/> Consol. <input type="checkbox"/> Maint.		

Exercice #3 :	Élément de contenu :	min.		
	<input type="checkbox"/> Technique	<input type="checkbox"/> Tactique Ind.	<input type="checkbox"/> Tact. Coll.	
	<input type="checkbox"/> Intro.	<input type="checkbox"/> Dévelop.	<input type="checkbox"/> Consol.	<input type="checkbox"/> Maint.
	<input type="checkbox"/> Contrôlé	<input type="checkbox"/> Semi-contrôlé	<input type="checkbox"/> Aléatoire	
	Description :			
	Gardien de but			
Élément de contenu :				
<input type="checkbox"/> Élément Technique	<input type="checkbox"/> Élément Tactique			
<input type="checkbox"/> Intro.	<input type="checkbox"/> Dévelop	<input type="checkbox"/> Consol.	<input type="checkbox"/> Maint.	

Exercice #4 :	Élément de contenu :	min.		
	<input type="checkbox"/> Technique	<input type="checkbox"/> Tactique Ind.	<input type="checkbox"/> Tact. Coll.	
	<input type="checkbox"/> Intro.	<input type="checkbox"/> Dévelop.	<input type="checkbox"/> Consol.	<input type="checkbox"/> Maint.
	<input type="checkbox"/> Contrôlé	<input type="checkbox"/> Semi-contrôlé	<input type="checkbox"/> Aléatoire	
	Description :			
	Gardien de but			
Élément de contenu :				
<input type="checkbox"/> Élément Technique	<input type="checkbox"/> Élément Tactique			
<input type="checkbox"/> Intro.	<input type="checkbox"/> Dévelop	<input type="checkbox"/> Consol.	<input type="checkbox"/> Maint.	

Exercice #5 :	Élément de contenu :	min.		
	<input type="checkbox"/> Technique	<input type="checkbox"/> Tactique Ind.	<input type="checkbox"/> Tact. Coll.	
	<input type="checkbox"/> Intro.	<input type="checkbox"/> Dévelop.	<input type="checkbox"/> Consol.	<input type="checkbox"/> Maint.
	<input type="checkbox"/> Contrôlé	<input type="checkbox"/> Semi-contrôlé	<input type="checkbox"/> Aléatoire	
	Description :			
	Gardien de but			
Élément de contenu :				
<input type="checkbox"/> Élément Technique	<input type="checkbox"/> Élément Tactique			
<input type="checkbox"/> Intro.	<input type="checkbox"/> Dévelop	<input type="checkbox"/> Consol.	<input type="checkbox"/> Maint.	

Étirements :	min.
--------------	------

Observations générales

Satisfait de... _____
 À améliorer... _____