



# Centres de Perfectionnement Technique

## CALENDRIER (prévisionnel) des SEANCES



### U12 Sect. SUD (14h-16h à VERTUS)

| 2è T détec | Me 23 sept.     |
|------------|-----------------|
| S1         | Mardi 20        |
| S2         | Octo. (Chalons) |
| S3         | Me 18 Novem     |
| S4         | Me 13 Janv.     |
| S5         | Me 10 Févr.     |
| S6         | Me 17 Mars      |
| S7         | Mercr. 21       |
| S8         | Avril (journée) |
| S9         | à définir       |

### U12 Sect. NORD (13h30-15h30 à GUEUX)

| 2è T détec | Me 16 sept.     |
|------------|-----------------|
| S1         | Lundi 26        |
| S2         | Octo. (journée) |
| S3         | Me 25 Novem     |
| S4         | Me 20 Janv.     |
| S5         | Me 17 Févr.     |
| S6         | Me 17 Mars      |
| S7         | Mardi 20        |
| S8         | Avril (journée) |
| S9         | à définir       |

### U13 Sect. SUD (14h-16h à VERTUS)

| 2è T détec | Ve 28 août<br>(journée) |
|------------|-------------------------|
| S1         | Mardi 20                |
| S2         | Octo. (journée)         |
| S3         | Me 18 Novem             |
| S4         | Me 16 décem.            |
| S5         | Me 13 Janv.             |
| S6         | Me 17 Févr.             |
| S7         | Me 17 Mars              |
| S8         | à définir               |
| S9         | à définir               |

### U13 Sect. NORD (13h30-15h30 à GUEUX)

| 2è T détec | Je 27 août<br>(journée) |
|------------|-------------------------|
| S1         | Jeudi 29                |
| S2         | Octo. (journée)         |
| S3         | Me 18 Novem             |
| S4         | Me 9 décem.             |
| S5         | Me 13 Janv.             |
| S6         | Me 3 Févr.              |
| S7         | Me 3 Mars               |
| S8         | à définir               |
| S9         | à définir               |

### FEMININES U12F-U13F (14h-16h à EPERNAY)

| Détec | Me 3 juin<br>+ Sa 29-août      |
|-------|--------------------------------|
| S1    | Me 30 sept.                    |
| S2    | Mercredi 21<br>Octo. (ap-midi) |
| S3    | Me 9 décem.                    |
| S4    | Me 13 Janv.                    |
| S5    | Me 17 Févr.                    |
| S6    | Me 17 Mars                     |
| S7    | Me 21 ou 28                    |
| S8    | Avril (journée)                |

Les dates pendant les vacances scolaires sont à confirmer (disponibilité installations)

### CPT U12 Champa-Ardenne

|         |             |
|---------|-------------|
| S1 + S2 | Me 16 Décem |
| S3 + S4 | Me 2 juin   |

### CPT U13 Champa-Ard.

|         |               |
|---------|---------------|
| S1 + S2 | Lu 19 Octobre |
| S3 + S4 | Me 2 Décem.   |
| S5 + S6 | Lu 21 Févr.   |

### CPT U12F C-A.

|         |             |
|---------|-------------|
| S1 + S2 | Me 14 Avril |
| S3 + S4 | Me 19 Mai   |

### CPT U13F C-A.

|         |              |
|---------|--------------|
| S1 + S2 | Me 28 Octo.  |
| S3 + S4 | Lu 21 Décem. |
| S5 + S6 | Me 3 Févr.   |



# VOS CONTACTS

**Pilotage : Bernard CUREL (CTR PPF)**



[bcurel@lgef.fff.fr](mailto:bcurel@lgef.fff.fr)  
06.15.07.49.93

**FEMININES  
U12F-U13F**  
Bernard CUREL

## **SECTEUR NORD CPT U13**

Jean-Philippe LEFEVRE (DES)  
Adjoint-technique District  
06.13.26.42.03  
[JPLefevre@marne.fff.fr](mailto:JPLefevre@marne.fff.fr)



## **SECTEUR NORD CPT U12**

Laurent ROGIER (BEF)  
Président Commission  
Technique District Marne  
06.40.75.85.10  
[laurent.rgr2@orange.fr](mailto:laurent.rgr2@orange.fr)



## **SECTEUR SUD CPT U13**

Bernard CUREL  
Conseiller Technique FFF  
06.15.07.49.93  
[bcurel@lgef.fff.fr](mailto:bcurel@lgef.fff.fr)



## **SECTEUR SUD CPT U12**

Kévin SURAY  
Conseiller Technique FFF  
07.56.02.99.39  
[ksuray@marne.fff.fr](mailto:ksuray@marne.fff.fr)





# CENTRES de PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE U12-U13



« Les gagnants trouvent des moyens  
les perdants cherchent des excuses »



Attitude  
demandée  
au joueur(se)



ECOUTE

MEMORISATION  
AUTO-CORRECTION

ENGAGEMENT

« De l'EXIGENCE naît L'EXCELLENCE »



## Le « SOCLE » de travail Cadre de Fonctionnement

# CHARTRE D'ENGAGEMENT



### « CHARTRE D'ENGAGEMENT » du joueur

NOM – Prénom :

CPT U13 (secteur Nord)

### Je m'engage à :

#### Etre RESPONSABLE de ma pratique :

- en préparant mon sac d'entraînement et en vérifiant mes équipements (adaptés au terrain et à la météo)
- en étant reposé et en bonne santé (ne pas venir blessé !!!!)
- en ne faisant pas un entraînement au club le même jour que la séance CPT du District
- en faisant attention à mon hygiène de vie: alimentation, récupération (sommeil), hydratation
- en prenant ma douche après chaque entraînement (hygiène corporelle, récupération)
- en cas de blessure, en respectant le temps d'arrêt prescrit et de reprise (progressive).

#### Faire preuve d'EXIGENCE (affirmer mon engagement):

- en étant présent à toutes les séances et stages de la saison
- en étant à l'heure
- en faisant preuve d'écoute et de concentration sur le terrain
- en participant activement aux contenus qui me sont proposés
- en m'auto-évaluant et ressortant de la séance avec un élément à retenir ou à améliorer

#### Faire preuve de RESPECT et de SOLIDARITE en :

- en disant systématiquement « Bonjour » et « au revoir » au coach et à mes partenaires
- en respectant les locaux et le matériel utilisé
- en prévenant en cas d'absence (blessure, maladie, sortie scolaire, etc ...)
- en m'intégrant au groupe et en parlant avec tous les joueurs (ses).
- en évitant tout type de vulgarités sur le terrain et en dehors

Date et signature :

***La chute n'est pas un échec.  
L'échec, c'est de rester  
là on l'on est tombé. »***



**« Les gagnants trouvent des moyens  
.... les perdants cherchent des excuses »**



**« Quand tu as envie  
d'abandonner, pense à  
la raison pour laquelle  
tu as commencé.**



**« Il y a quelque chose  
de pire que de ne  
pas avoir réussi  
... c'est de ne pas avoir  
essayé »**