



CHALLENGE INTER DISTRICTS



CSN HOULGATE - 12 & 13 JANVIER²⁰¹⁹

Coordonnateur du Rassemblement : Stéphane PILARD, CTR

Responsables Sélection ELITE : Stéphane PILARD et à désigner

Responsables Sélection AVENIR : Etienne DENIS, CTR et Luc BENARD, CTD 76

Encadrement des équipes participantes :

Sélection du CALVADOS : Deen TOURE (CTR 14) et Tom COURTOIS -VIARD

Sélection de la MANCHE : Antoine BOUET (CDFA 50) et Angèle INESTA

Sélection de l'ORNE : Florent JIQUEL (CTR) et Jérôme CHATELAIS /
Yohann NERIS

Encadrement Gardiens de But : Antoine BOUET

Encadrement des arbitres : Guy ZIVEREC, C.R.A. section Jeunes



PROGRAMME



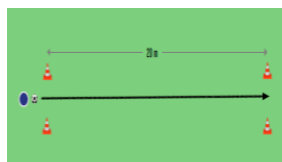
SAMEDI 12 Janvier 2019

09h30 : Accueil des délégations au Centre Sportif Normand d'Houlgate

10h00 : Terrain (4 ateliers)

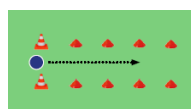
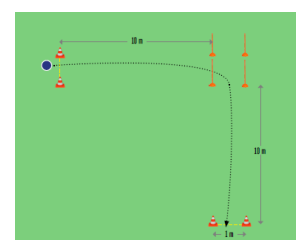
Evaluation technique

- Jonglerie en mouvement



Evaluation athlétique

- Vivacité test en "L" avec cellules
- Capacité aérobie (test 6')
- Détente horizontale



SEQUENCES	Jonglerie	Vivacité	Détente	V.M.A. 6' / libre
1				Calvados
2	Calvados			Manche
3	Manche	Calvados		Orne
4	Orne	Manche	Calvados	
5		Orne	Manche	Calvados
6			Orne	Manche

Evaluation Gardiens de But

- Tests + séance spécifiques (6 GB)

12h20/12h30/12h40 : déjeuner (par Districts)

14h00 : Evaluation athlétique **MANCHE**

- Tests anthropométriques (tailles debout/assise, pointure)

14h45 : Terrain Matches de 30'

- 15h15 : **ORNE** / **CALVADOS**
- 16h00 : **MANCHE** / **ORNE**
- 16h45 : **CALVADOS** / **MANCHE**
- Spécifique gardiens de but en échauffement

18h00 : réunion encadrement

19h00 : Evaluation athlétique **CALVADOS**

➤ Tests anthropométriques (tailles debout/assise, pointure, poids)

19h10/19h20/19h30 : dîner (par Districts)

20h45 : réunion joueurs : Le Projet de Performance Fédéral (30')

22h00 : coucher

DIMANCHE 13 Janvier 2019

Evaluation athlétique (2 équipes)

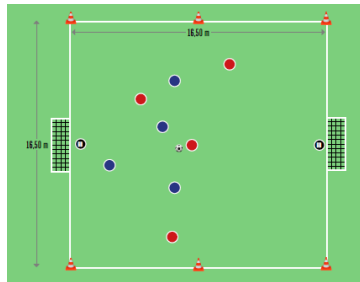
➤ Tests anthropométriques (poids)

08h00/8h10/8h20 : petit-déjeuner (par équipes)

10h00 : Terrain

Jeux réduits

4 c. 4 avec Gardiens
2 équipes / Sélection
5 x 3' / équipe



12h00 : Evaluation athlétique **ORNE**

➤ Tests anthropométriques (tailles debout/assise, pointure)

12h10/12h20/12h30 : déjeuner (par Districts)

14h00 : Terrain Matches de 30'

14h30 :	ORNE	/	MANCHE
15h15 :	MANCHE	/	CALVADOS
16h00 :	CALVADOS	/	ORNE

➤ Spécifique gardiens de but en échauffement

17h00 : réunion encadrement

17h15 : clôture du stage (dislocation)



MATERIEL-EQUIPEMENTS des SELECTIONS :

- ✓ 2 ou 3 jeux de maillots de couleurs différentes + survêtements de sortie
- ✓ 16 ballons T5
- ✓ Chronomètres / cellules photoélectriques - 16 chasubles numérotées

REGLEMENT du TOURNOI :

➤ Règles communes par sélection :

- Tous les joueurs (14 + 2 GB) devront posséder une pièce d'identité (obligatoire) et être licenciés dans leur District respectif.
- Autorisations parentales (+ droits d'images) et médicales obligatoires.
- Tous les joueurs nés en 2004.
- 4 joueurs minimum du second semestre par équipe.
- Pas de joueurs des clubs professionnels (SM Caen et Le Havre AC)

➤ Matches :

- Durée : 30 minutes

- Remplacements : formule « remplacé-remplaçants »

- Obligation : tout joueur doit jouer un minimum de 2 mi-temps complètes dont une obligatoirement dès le début d'un match

- En cas d'égalité de points à la fin du temps réglementaire, épreuve des tirs aux buts

- | | | |
|-------------------------------------|---|----------|
| ○ Match gagné | = | 4 points |
| ○ Match nul gagné aux tirs aux buts | = | 2 points |
| ○ Match nul perdu aux tirs aux buts | = | 1 point |
| ○ Match perdu | = | 0 point |

ARBITRAGE :

➤ L'arbitrage sera assuré par 4 jeunes arbitres :

- . DAVID Colin, et, du club de l'AS Cahagnaise,
- . DEVARD Nathan, du club de Bourguebus-Soliers FC,
- . MIRGAINE Lucas, du club de l'USC Mézidon Football,
- . BENHAMED Sélim, du club du FC Flérien.

Ils seront encadrés par Guy ZIVEREC, responsable de la commission régionale des arbitres section jeunes.



LES TESTS



CSN HOULGATE - 12 & 13 JANVIER 2019

1. Test de vitesse de course : 10m / 30m avec cellules

Matériel : cellules photo-électriques (3 paires)

Objectif : **déterminer la Vitesse maximale en sprint**

Protocole : surface : gazon synthétique

3 paires de cellules : 0m, 10m et 30m (1 essai)

2. Test de vivacité en "L" avec cellules

Matériel : cellules photo-électriques (1 paire)

Objectif : **vitesse multidirectionnelle, qualité du changement de direction**

Explicatif : course en "L" en aller-retour

Mise en place : des plots (x6) sont positionnés au niveau du virage pour éviter que les joueurs ne coupent le virage. Départ arrêté, un virage à 90° à droite, blocage derrière la ligne, puis retour virage à 90° à gauche, puis arrivée. Départ en appui sur la jambe avant, pied placé à 50cm de la ligne de départ (de la première paire de cellule)

1 essai pour chaque sens de virage, soit 2 essais au total.

Protocole : surface : gazon synthétique

3. Test athlétique de puissance aérobie

Matériel : beeper, chrono

Objectif : **estimer la Vitesse Maximale Aérobie**

Explicatif : parcourir une distance maximale en 6'

Mise en place : des plots sont positionnés tous les 20m

Protocole : surface : piste athlétisme tartan ou gazon synthétique

Départ : par groupes de 4

4. Test technique de jonglerie en mouvement

Matériel : cellules photo-électriques (1 paire)

Objectif : **évaluer l'aisance technique et la coordination avec ballon**

Explicatif : jonglerie en mouvement chronométrée sur 20m

Mise en place : monter le ballon en jonglerie 1 mètre en retrait de la porte, passer la porte et parcourir les 20m en jonglerie, réaliser un contact à chaque foulée et franchir la ligne d'arrivée à pleine vitesse

Protocole : 2 essais, départ et arrêt du chronomètre aux franchissements des portes.
Test validé : passer les portes en maîtrisant le ballon, pas de surface de rattrapage, essai annulé si le ballon touche le sol (surface : gazon synthétique)

5. Test athlétique de détente horizontale

Matériel : décamètre

Objectif : **explosivité**

Explicatif : saut en longueur sans élan

Mise en place : Départ pieds joints - Réception pieds joints

Mesure au pied arrière si décalage des pieds à la réception

2 essais

Protocole : surface : gazon synthétique



Les RESULTATS

Vivacité :

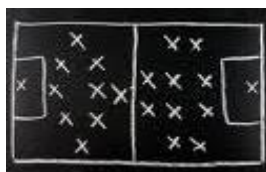
Puissance aérobie (6') :

Jonglerie mouvement chronométrée :

Détente horizontale :



TESTS



MATCHS

Match 1 :

ORNE

/

CALVADOS

Match 2 :

MANCHE

/

ORNE

Match 3 :

CALVADOS

/

MANCHE

Match 4 :

ORNE

/

MANCHE

Match 5 :

MANCHE

/

CALVADOS

Match 6 :

CALVADOS

/

ORNE

CLASSEMENTS

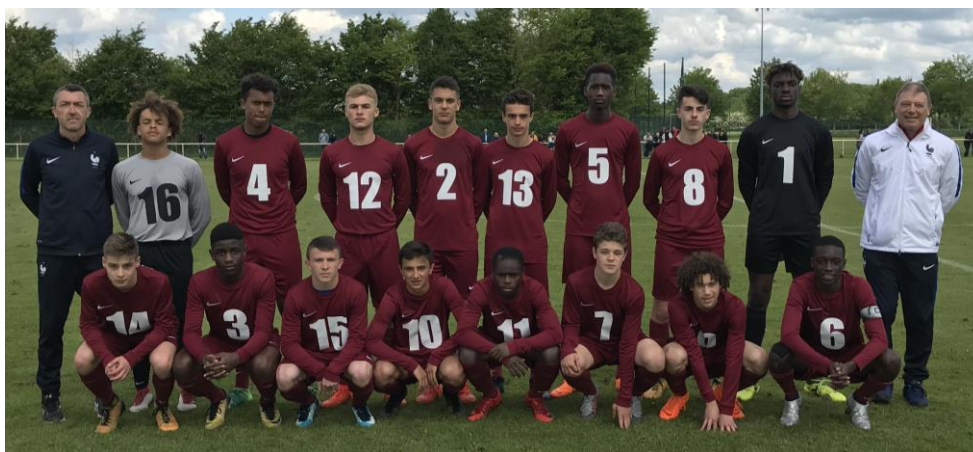
Equipes	Pts Match 1	Pts Match 2	Pts Match 3	Pts Match 4	Buts pour	Buts contre	Total Points	Classement	Tests
CALVADOS									
MANCHE									
ORNE									

CHALLENGE INTER DISTRICTS **U15**



CSN HOULGATE - 12 & 13 JANVIER 2019

Sélections 2017/2018 (Génération 2003)



Sélection ELITE 2017/2018

Résultats Challenge Interligues U15 Elite à Saint Sébastien/Loire (avril 2018) :

Pays de la Loire - LFN 3 - 0 LFN - Bretagne 3 - 6 LFN - Centre Val de Loire 1 - 1 (4 tirs aux buts à 3)

	Pts Match 1	Pts Match 2	Pts Match 3	Total Points	buts pour	buts contre	Classement
BRETAGNE	0	4	4	8	8	8	2
PAYS de la LOIRE	4	4	0	8	6	2	1
Centre VAL de LOIRE	4	0	1	5	6	1	3
NORMANDIE	0	0	2	2	4	10	4



Sélection AVENIR 2017/2018

Résultats Challenge Interligues U15 Avenir à Châteauroux (avril 2018) :

Bretagne - LFN 1 - 5 LFN - Centre Val de Loire 7 - 1 LFN - Pays de la Loire 1 - 0

	Pts Match 1	Pts Match 2	Pts Match 3	Total Points	buts pour	buts contre	Classement
NORMANDIE	4	4	4	16	13	2	1
PAYS de la LOIRE	4	4	0	8	5	1	2
Centre Val de Loire	0	0	4	4	2	8	3
BRETAGNE	0	0	0	0	1	10	4