



**Coordonnateur du rassemblement :**

Stéphane PILARD, C.T.R. PPF Normandie

**Président de la Ligue d'accueil de Normandie :** Pierre LERESTEUX

**Encadrement des équipes participantes :**

**Sélection Pays de la Loire :** Frédéric BODINEAU (CTR) et Grégoire SORIN (CTR)  
 Chef de Délégation : Pascal REGENT

**Sélection Hauts-de-France :** Thierry CLAEYS (CTR) et Damien BAUCHY (CT)

**Sélection de Bretagne:** Vincent HAMONIC (CTR) et Stéphane LE GARREC

**Sélection de Normandie :** Jacques BOUVRET (CTR 27), Pierre GRANDIN (CT 76)  
 et Manuel HUET

**Responsable des Gardiens de but :** Jérôme LE MOIGNE

**Encadrement Médical :** Patrick MENA, médecin,  
 Rodolphe LALOY et Jérôme Riant, kinésithérapeutes

**Encadrement des arbitres :** Guy ZIVEREC et Jean-Yves BARBIER, C.R.A. Normandie



# PROGRAMME



## MARDI 19 février 2019

- 11h00 Accueil des délégations  
Installation
- Déjeuner 12h20 : **Normandie** 12h30 : **Hauts-de-France**  
12h40 : **Bretagne** 12h50 : **Pays de la Loire**
- 13h30 Réunion commune d'ouverture du rassemblement
- 16h00 Match 1 : **Normandie** / **Hauts-de-France**
- 17h15 Match 2 : **Bretagne** / **Pays de la Loire**
- 18h30 à 19h Récupération-Soins / Réunion encadrement
- Diner 19h00 : **Normandie** 19h10 : **Hauts-de-France**  
19h20 : **Bretagne** 19h30 : **Pays de la Loire**
- 20h15 Conférence DTN : profil du joueur de Haut-Niveau
- 21h00 Match Champion's League O. Lyonnais - FC Barcelone

## MERCREDI 20 Février 2019

- Petit-déjeuner 7h50 : **Bretagne** 8h00 : **Normandie**  
8h10 : **Pays de la Loire** 8h20 : **Hauts-de-France**
- 9h15 Réunion commune : présentation des tests
- 9h45 Tests terrain : détente horizontale, anthropométriques, vitesse linéaire, vivacité, gardiens de but

| SEQUENCES  | DETENTE                 | Taille-Poids            | Vitesse                 | Vivacité                |
|------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| SEQUENCE 1 | <b>Bretagne</b>         | <b>Normandie</b>        | <b>Pays de la Loire</b> | <b>Hauts-de-France</b>  |
| SEQUENCE 2 | <b>Hauts-de-France</b>  | <b>Bretagne</b>         | <b>Normandie</b>        | <b>Pays de la Loire</b> |
| SEQUENCE 3 | <b>Pays de la Loire</b> | <b>Hauts-de-France</b>  | <b>Bretagne</b>         | <b>Normandie</b>        |
| SEQUENCE 4 | <b>Normandie</b>        | <b>Pays de la Loire</b> | <b>Hauts-de-France</b>  | <b>Bretagne</b>         |

- 10h30 Séance spécifique aux postes



|                 |   |  |
|-----------------|---|--|
| <u>Déjeuner</u> | 12h10 : <b>Bretagne</b><br>12h30 : <b>Pays de la Loire</b>      | 12h20 : <b>Normandie</b><br>12h40 : <b>Hauts-de-France</b> |
| 15h15           | Match 3 : <b>Bretagne</b> /                                     | <b>Normandie</b>   |
| 16h30           | Match 4 : <b>Pays de la Loire</b> /                             | <b>Hauts-de-France</b>                                     |
| 18h00 à 19h     | Récupération-Soins / Réunion encadrement                        |  |
| <u>Diner</u>    | 19h10 : <b>Bretagne</b><br>19h30 : <b>Pays de la Loire</b>      | 19h20 : <b>Normandie</b><br>19h40 : <b>Hauts-de-France</b> |
| 20h30           | Conférence staff médical : hygiène de vie, récupération, dopage |  |

## **JEUDI 21 Février 2019**

|                       |  |  |
|-----------------------|--|--|
| <u>Petit-déjeuner</u> | 7h20 : <b>Normandie</b><br>7h40 : <b>Hauts-de-France</b>   | 7h30 : <b>Pays de la Loire</b><br>7h50 : <b>Bretagne</b>   |
| 9h45                  | Match 5 : <b>Normandie</b> /                               | <b>Pays de la Loire</b>                                    |
| 11h00                 | Match 6 : <b>Hauts-de-France</b> /                         | <b>Bretagne</b>  |
| <u>Déjeuner</u>       | 12h20 : <b>Normandie</b><br>12h40 : <b>Hauts-de-France</b> | 12h30 : <b>Pays de la Loire</b><br>12h50 : <b>Bretagne</b> |
| 13h30                 | Réunion commune de clôture du rassemblement                |  |



## **REGLEMENT du CHALLENGE INTER-LIGUES :**

### ➤ Règles communes par sélection :

- Tous les joueurs devront être de nationalité française (Carte d'identité obligatoire)
- Autorisation parentale et fiche médicale obligatoires
- 16 joueurs par équipes (14 joueurs et 2 Gardiens de but)
- Tous les joueurs nés en 2003
- 8 joueurs licenciés en club professionnel autorisés

### ➤ Matches :

- . 2 x 30'
- . Formule "remplaçant-remplacé"
- . Tout joueur doit jouer un minimum de 2 mi-temps complètes dont une obligatoirement dès le début du match

### ✓ Classement :

- . en cas de match nul 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

- ✓ En cas d'égalité de points en fin de tournoi, goal-average particulier, puis goal average général puis meilleure attaque

### ➤ ARBITRAGE :

L'arbitrage sera assuré par 6 jeunes arbitres encadrés par 2 membres de la C.R.A. de Normandie :

- . MINIER Thomas de la Ligue des Pays de la Loire
- . FAYOL Yvain de la Ligue des Hauts-de-France
- . LESSIRARD Corentin de la Ligue de Bretagne
- . RIVOGNAC Antoine, MONROCQ Paul et ABDALLAH Abel de la Ligue de Normandie



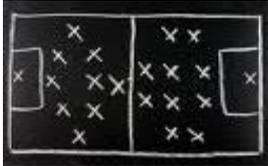
# LES RESULTATS



- ✓ Poids :  Taille debout :
- ✓ Vitesse linéaire : 10m  30m
- ✓ Vivacité :
- ✓ Détente horizontale :



TESTS



MATCHS

- Match 1 : **Normandie** / **Hauts-de-France**
- Match 2 : **Bretagne** / **Pays de la Loire**
- Match 3 : **Bretagne** / **Normandie**
- Match 4 : **Pays de la Loire** / **Hauts-de-France**
- Match 5 : **Normandie** / **Pays de la Loire**
- Match 6 : **Hauts-de-France** / **Bretagne**

## CLASSEMENTS

| Equipes          | Pts Match 1 | Pts Match 2 | Pts Match 3 | Buts pour | Buts contre | Total Points | Classement |
|------------------|-------------|-------------|-------------|-----------|-------------|--------------|------------|
| BRETAGNE         |             |             |             |           |             |              |            |
| HAUTS-de-France  |             |             |             |           |             |              |            |
| PAYS de la LOIRE |             |             |             |           |             |              |            |
| NORMANDIE        |             |             |             |           |             |              |            |

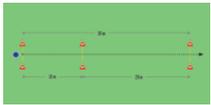


# LES TESTS



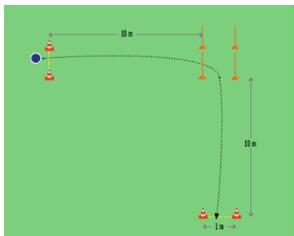
## 1. Test de vitesse de course : 10m / 30m avec cellules

**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**



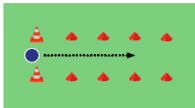
**Explicatif** : course en "L" en aller-retour

**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 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





**La LIGUE de FOOTBALL de NORMANDIE**

**et le**

**CENTRE SPORTIF de NORMANDIE**

**vous souhaitent**

**la BIENVENUE !**

