



STAGE U15 – 30 JANVIER AU 19 FEVRIER 2012

Programme – Semaine 1



	LUNDI 30 JANVIER	MARDI 31 JANVIER	MERCREDI 1^{ER} FEVRIER	JEUDI 2 FEVRIER	 VENDREDI 3 FEVRIER	SAMEDI 4 FEVRIER	DIMANCHE 5 FEVRIER
		<u>Petit-déjeuner CDF</u> 8h30 / 9h00	<u>Petit-déjeuner CDF</u> 8h30 / 9h00	<u>Petit-déjeuner CDF</u> 8h30 / 9h00	<u>Petit-déjeuner CDF</u> 8h30 / 9h00	<u>Petit-déjeuner CDF</u> 8h30 / 9h00	<u>Petit-déjeuner</u> <u>Résid'home</u>
MATINEE		<u>10h00 – 12h00</u> Visite des installations du FC Metz : - Stade - Centre de Formation Présentation de la politique de formation du club	<u>9h30 – 11h30</u> Entraînement Arsenal Encadrement : Sébastien MUET Olivier PERRIN	<u>10h00 – 12h00</u> Visite du Lycée Cormontaigne à Metz	<u>9h00 – 11h00</u> Tournoi de Tennis de Table Palais des Sports Metz	<u>9h30 – 11h00</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Sébastien MUET Bertrand ANTOINE	Repos
DEJEUNER		<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Lycée Cormontaigne	<u>11h30</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation
APRES MIDI	<u>17h40</u> Arrivée aéroport du Luxembourg <u>19h30</u> Repas centre de formation <u>20h00</u> : Installation à l'hôtel <u>22h40</u> Arrivée 2ème groupe aéroport du Luxembourg	<u>14h00 – 15h30</u> Présentation technique du stage à l'équipe d'encadrement (hôtel) <u>16h00 – 18h00</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Sébastien MUET Christophe WALTER	<u>14h30</u> Départ centre de formation <u>16h30</u> Match N°1 CS Sedan /Sélection Nationale de Chine A Rodange <u>18h30</u> Match N°2 Sélection Luxembourg /Sélection Nationale de Chine A Ech/Alzette	<u>14h30 – 16h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Sébastien MUET Denis SCHAEFFER <u>17h00 – 18h00</u> Intervention : La place du joueur en formation	<u>13h30 – 15h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Sébastien MUET Denis SCHAEFFER <u>16h00 – 18h00</u> Visite de la Ville de Metz	<u>14h00</u> Match N°1 Sélection Nationale de Chine c/FC Metz U16 <u>14h00</u> Match N°2 Sélection Nationale de Chine c/RS Magny U16	<u>14h30</u> Match de Championnat de France U17 FC Metz – Jarville Plaine St Symphorien <u>16h15</u> Commentaires d'après-match
DINER		<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>20h45</u> Centre de Formation	<u>18h30</u> Centre de Formation	<u>18h30</u> Centre de Formation		<u>19h00</u> Centre de Formation
SOIREE				<u>20h00</u> Réunion staff technique Thème : Les contenus techniques en formation		<u>19h00</u> Match de Championnat de France de Ligue 1 AS Nancy – Rennes	<u>20h30</u> Match télévisé Championnat de France de Ligue 1 Centre de Formation



STAGE U15 – 30 JANVIER AU 19 FEVRIER 2012

Programme – Semaine 2



	LUNDI 6 FEVRIER	MARDI 7 FEVRIER	MERCREDI 8 FEVRIER	JEUDI 9 FEVRIER	VENDREDI 10 FEVRIER	SAMEDI 11 FEVRIER	DIMANCHE 12 FEVRIER
MATINEE	<u>9h30 – 11h30</u> Piscine Municipale de Metz	<u>9h30 – 11h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Denis SCHAEFFER Sébastien MUET	<u>10h30 – 11h30</u> Etirements – récupération Centre de Formation FC Metz Encadrement : Olivier PERRIN	<u>8h00</u> Petit déjeuner au centre de formation <u>9h30 – 11h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Denis SCHAEFFER José PINOT	Journée de plein air dans les Vosges Centre Sportif de La Bresse	<u>11h00</u> Match N°1 AS Sarreguemines/Sélection Nationale de Chine <u>11h00</u> Match N°2 FC Metz U14/Sélection Nationale de Chine	<u>10h00 – 12h00</u> Tournoi de Futsal U11 organisé par le FC Metz
DEJEUNER	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation		<u>13h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation
APRES MIDI	<u>15h00 – 17h00</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Denis SCHAEFFER Olivier PERRIN	<u>14h00 – 17h00</u> Visite de Luxembourg Ville	<u>14h30</u> Match N°1 Sélection Lorraine /Sélection Nationale Chine Plaine St Symphorien <u>16h45</u> Match N°2 Sélection Lorraine /Sélection Nationale de Chine Plaine St Symphorien	<u>15h00 – 17h00</u> Récupération à Thermapolis Centre Thermal à Amnéville		<u>14h30</u> Match de Championnat de France de ligue 2 FC Metz / Le Mans <u>18h00</u> Match championnat de France de Hokey sur glace Amnéville – Chambéry	<u>14h30</u> Match de Championnat de France U15 FC Metz – SR Colmar Plaine St Symphorien <u>16h30 – 18h00</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Denis SCHAEFFER Olivier PERRIN
DINER	<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>20h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Centre de Formation
SOIREE							<u>20h30</u> Match télévisé Championnat de France de Ligue 1 Centre de Formation



STAGE U15 – 30 JANVIER AU 19 FEVRIER 2012

Programme – Semaine 3



	LUNDI 13 FEVRIER	MARDI 14 FEVRIER	MERCREDI 15 FEVRIER	JEUDI 16 FEVRIER	 VENDREDI 17 FEVRIER	SAMEDI 18 FEVRIER	DIMANCHE 19 FEVRIER
MATINEE	<u>9h30 – 11h30</u> Entraînement Futsal Complexe Saint-Symphorien Sébastien MUET José PINOT	<u>9h30 – 11h30</u> Entraînement de l'équipe professionnelle du FC Metz	<u>9h30 – 11h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Olivier PERRIN Bertrand ANTOINE	<u>9h30 – 11h00</u> Rencontre avec des jeunes joueurs professionnels issus du centre de formation du FC Metz	<u>9h30 – 11h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Olivier PERRIN Bertrand ANTOINE	<u>9h30 – 11h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Olivier PERRIN Christophe WALTER	Départ de l'aéroport du Luxembourg <u>11h20</u> : 25 personnes <u>18h00</u> : 21 personnes
DEJEUNER	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>11h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	<u>12h00</u> Centre de Formation	
APRES MIDI	<u>15h00 – 17h00</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Olivier PERRIN Sébastien MUET	<u>14h30</u> Match N°1 FC Metz U15 / Sélection Nationale de Chine <u>16h45</u> Match N°2 FC Metz U15 / Sélection Nationale de Chine	<u>15h00 – 16h30</u> Entraînement Plaine St Symphorien Encadrement : Olivier PERRIN Denis SCHAEFFER	<u>11h30</u> Départ pour Troyes Jean-Marie DENNY <u>17h00</u> Match N°1 Estac Troyes / Sélection Nationale de Chine Match N°2 Estac Troyes / Sélection Nationale de Chine	Shopping Centre-Ville de Metz	<u>16h30</u> Match de Ligue de Champions de Handball féminin Metz – Ljubiana Arènes de Metz	
DINER	<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Centre de Formation		<u>19h00</u> Centre de Formation	<u>19h00</u> Soirée de clôture	
SOIREE		<u>20h45</u> Match télévisé de Champions League Lyon - Nicosie	<u>20h45</u> Match télévisé de Champions League Milan - Arsenal				