



CAMP SOCCER

ELEVE ATHLETE 10/13 ANS

SEMAINE 1

LUNDI 26 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

9H30 - 10H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

10H15 - 11H00
EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

11H00 - 11H45

MATCHS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MARDI 27 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

10H15 - 11H00

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

10H15 - 11H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

11H00 - 11H45

MATCHS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MERCREDI 28 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

10H15 - 11H00

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

10H15 - 11H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

11H00 - 11H45

MATCHS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



JEUDI 29 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

9H30 - 10H15

CONCOURS

10H15 - 11H30

MATCHS ET
TOURNOIS

11H30 - 11H45

REMISE RÉCOMPENSE
CONCOURS ET
TOURNOIS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS



VENDREDI 30 JUIN



FÊTE DU CANADA





CAMP SOCCER

ELEVE ATHLETE 14/17 ANS

SEMAINE 1

LUNDI 26 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

14H15-15H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

15H00 - 15H45

MATCHS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MARDI 27 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

14H15 - 15H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

15H00 - 15H45

MATCHS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MERCREDI 28 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

14H15 - 15H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

15H00 - 15H45

MATCHS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



JEUDI 29 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

CONCOURS

14H15-15H00

MATCHS ET
TOURNOIS

15H30 - 15H45

REMISE RÉCOMPENSE
CONCOURS ET
TOURNOIS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS



VENDREDI 30 JUIN



FÊTE DU CANADA





CAMP SOCCER

ELEVE ATHLETE 10/13 ANS

SEMAINE 2

LUNDI 26 JUIN

TERRAIN DE SOCCER
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

9H30 - 10H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

10H15 - 11H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

11H00 - 11H45

MATCHS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MARDI 27 JUIN

TERRAIN DE SOCCER
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

10H15 - 11H00

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

10H15 - 11H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

11H00 - 11H45

MATCHS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MERCREDI 28 JUIN

TERRAIN DE SOCCER
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

10H15 - 11H00

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

10H15 - 11H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

11H00 - 11H45

MATCHS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



JEUDI 29 JUIN

TERRAIN DE SOCCER
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

9H30 - 10H15

CONCOURS

10H15 - 11H30

MATCHS ET
TOURNOIS

11H30 - 11H45

REMISE RÉCOMPENSE
CONCOURS ET
TOURNOIS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS



VENDREDI 7 JUILLET

TERRAIN DE SOCCER
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

9H30 - 10H15

CONCOURS

10H15 - 11H30

MATCHS ET
TOURNOIS

11H30 - 11H45

REMISE RÉCOMPENSE
CONCOURS ET
TOURNOIS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS





CAMP SOCCER

ELEVE ATHLETE 14/17 ANS

SEMAINE 2

LUNDI 26 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

14H15-15H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

15H00 - 15H45

MATCHS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MARDI 27 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

14H15 - 15H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

15H00 - 15H45

MATCHS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



MERCREDI 28 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

EXERCICES
TECHNIQUES
THÈME :

14H15 - 15H00

EXERCICES MISE EN
SITUATION
COLLECTIVE
THÈME :

15H00 - 15H45

MATCHS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS ET
RETOUR AU CALME



JEUDI 29 JUIN

TERRAIN DE SOCCÉ
PARC JEANNE MANCE

13H00 - 13H30

ÉCHAUFFEMENT

13H30 - 14H15

CONCOURS

14H15-15H00

MATCHS ET
TOURNOIS

15H30 - 15H45

REMISE RÉCOMPENSE
CONCOURS ET
TOURNOIS

15H45 - 16H00

ÉTIREMENTS



VENDREDI 7 JUILLET

TERRAIN DE SOCCER
PARC JEANNE MANCE

9H00 - 9H30

ÉCHAUFFEMENT

9H30 - 10H15

CONCOURS

10H15 - 11H30

MATCHS ET
TOURNOIS

11H30 - 11H45

REMISE RÉCOMPENSE
CONCOURS ET
TOURNOIS

11H45 - 12H00

ÉTIREMENTS

