



STAGE PREPA'FOOT PERFORMANCE

VIS UNE SEMAINE DANS LA PEAU D'UN JOUEUR
DE HAUT NIVEAU

DU **08 / 07** AU **12 / 07 / 2024** POUR LES **2010 / 2011**
ET POUR LES **2007 / 2008 / 2009**



**PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE ET PREPARATION
PHYSIQUE**

250€* LA SEMAINE

***POSSIBILITÉ DE PAIEMENT EN DEUX FOIS (JUIN ET JUILLET AVANT LE DÉBUT
DU STAGE)**

RUE EMMANUEL CAMUS - STADE DE LA BARATERIE
49000 ANGERS

06 82 81 07 40 / 07 89 71 73 15



PRÉPA'FOOT ET PERFORMANCE

OPTIMISE TES PERFORMANCES !

**LIBEREZ VOTRE POTENTIEL POUR
BRILLER SUR LE TERRAIN !**

24

PARTICIPANTS

**SUPERVISÉ PAR UN ENTRAINEUR ET UN
PREPARATEUR PHYSIQUE DIPLÔMÉS**

CONTACTEZ NOUS

06 82 81 07 40 / 07 89 71 73 15

**UN PROGRAMME DIGNE
D'UN VÉRITABLE
JOUEUR PROFESSIONNEL**

**DES ACTIVITÉS ET
DES RENCONTRES
INOUBLIABLES**

**DEUX TENUES
OFFERTES POUR
CHAQUE PARTICIPANTS
& REPAS COMPRIS &
ACTIVITÉS DIVERSES**



PRÉPA'FOOT ET PERFORMANCE
Benjamin et Axel

UN PROGRAMME UNIQUE POUR AFFINER VOS COMPETENCES ET VOTRE JEU

Découvre ton programme sur mesure

9H00 / 17H00

LUNDI

- ✓ Bilan physique et footballistique du joueur
- ✓ Intervention extérieur cohésion de groupe (Kool'Lanta - Sonny Coaching)
- ✓ Intervention sur la Préparation Physique
- ✓ Séance Terrain Perfectionnement

9H00 / 17H00

MARDI

- ✓ Séance Terrain + Test technique (Benjamin)
- ✓ Intervention d'un joueur professionnel sur la gestion de carrière
- ✓ Séance Terrain + Test Physique (Axel)
- ✓ Intervention par un professionnel de la nutrition

9H00 / 17H00

MERCREDI

- ✓ Séance en Salle de sport. Les mouvements clés du footballeur.
- ✓ Intervention d'un préparateur mental
- ✓ Séance perfectionnement technique football et match filmé
- ✓ Intervention sur les métiers du sport

9H00 / 17H00

JEUDI

- ✓ Séance Terrain + Développement Athlétique
- ✓ Analyse sur le match filmé. (Critique et Auto critique)
- ✓ Perfectionnement technique au SCO Futsal (Jeu réduit à thème + tournoi)
- ✓ Intervention d'un kiné sur la prévention des blessures

9H00 / 17H00

VENDREDI

- ✓ Séance en salle de sport. Développement de la force et puissance.
- ✓ Visite du centre du SCO
- ✓ Séance perfectionnement en présence d'un joueur pro
- ✓ Cérémonie de clôture

CONTACTEZ NOUS

06 82 81 07 40

07 89 71 73 15





PRÉPA'FOOT ET PERFORMANCE

— **REJOINS NOUS** —

INSCRIPTIONS

**VIA LE SITE INTERNET EN
SCANNANT CE QR CODE :**

[HTTPS://WWW.STAGEPREPAFOOTETPERFORMANCE.FR](https://www.stageprepafootetperformance.fr)



**AXEL DELAUNAY : 06 82 81 07 40
BENJAMIN DELAUNAY : 07 89 71 73 15**