



## "Perfectionnement technique et PLAISIR de jouer "

**ACTIVITES TERRAIN :**  
Perfectionnement technique,  
spécifique au poste,

**ACTIVITES EN SALLE :**  
Connaissance du corps  
intervention les gestes qui sauvent

**ACTIVITES LUDIQUE :**  
Piscine / Sport in park

**Une tenue foot  
offerte**

**Pour les jeunes de 7 à 16 ans,  
licenciés ou non**

**Inscription par mail  
via la société LT4'SPORT**

**Clubs partenaires :**

- AS BOURNY LAVAL
- US ST JEAN / MAYENNE

# LT4'FOOT 3

**- 110€ les 3 jours sans repas**

**OU**

**- 140€ les 3 jours en 1/2 pension**

**9h-12h / 14h-17h**

LT4'SPORT Rue Jean Baptiste Lamarck 53810 Changé / 06.70.84.65.27

lt4sport53@gmail.com / www.lt4sport.fr / SIRET : 90281106600015



# LT4'FOOT 3

"Perfectionnement technique et  
PLAISIR de jouer "

stage	J1	J2	J3
9H	briefing stage	sensibilisation gestes qui sauvent 1	sensibilisation gestes qui sauvent 2
10H	tests		
12H	specifique au poste 1	specifique au poste 2	specifique au poste 3
	repas	repas	repas
14H	GERER L'ECHEC	PREPARER SON MATCH	PREVENTION DES BLESSURES
15H	SPORT IN PARK	PISCINE	TOURNOI
16H30			
17H	collation	collation	collation

EXEMPLE DE PLANNING , susceptible d'être modifié selon disponibilité intervenants

**Inscription par mail via la société LT4'SPORT**

LT4'SPORT Rue Jean Baptiste Lamarck 53810 Changé / 06.70.84.65.27  
lt4sport53@gmail.com / www.lt4sport.fr / SIRET : 90281106600015

