



# CONSIGNES RÉGLEMENTAIRES

## ENTRAINEMENTS

### TENUE D'ENTRAINEMENT :

Je m'entraîne avec une tenue de footballeur (sans montre ni bijoux) :

- Maillot de foot de couleur ROUGE (sweat de sport en hiver)
- Short et chaussures de foot (collant ou survêtement en hiver)
- Protèges tibias
- Chaussures stabilisées ou moulées
- Et dans mon sac une serviette + nécessaire de toilette, bonnet en hiver, affaires de rechange (slips, tee-shirt...), gourde.

### HORAIRES DES ENTRAINEMENTS :

J'arrive ¼ d'heure avant l'horaire prévu (habillé ou non) pour ne pas perdre de temps dans le vestiaire. En cas de retard, l'entraînement commencera alors sans moi et je suis susceptible d'être renvoyé du dit entraînement.

### DEROULEMENT DES ENTRAINEMENTS :

Je suis à l'écoute des explications de mon entraîneur, avant et pendant les exercices, afin de permettre le bon déroulement de la séance et de mon apprentissage.

### FIN DES ENTRAINEMENTS :

Je ne quitte pas le terrain sans avoir aidé à ranger et rentrer le matériel dans son casier (et non jeté dans le local).

### RETARDS ou ABSENCES AUX ENTRAINEMENTS :

Je préviens au plus tôt mon entraîneur, afin qu'il puisse faire en conséquence.

## MATCHS

### TENUE DES MATCHS :

Je viens au rendez-vous habillé du survêtement du club, sans les affaires de foot en dessous. Je me changerai avec mes camarades dans le vestiaire et m'habillerai des affaires officielles du club, fournies en début de saison.

### HORAIRES DES MATCHS :

Dans ma convocation, me sera indiqué les heures du match, RDV et départ, j'arrive donc avant l'heure de départ. En cas de retard, je préviens au plus tôt mon entraîneur, afin que mon équipe ne soit pas en retard elle aussi.

### DEROULEMENT DES MATCHS :

Je suis à l'écoute des explications de mon entraîneur, avant, pendant et après les matchs, afin de bien appliquer et retenir les choses apprises durant la semaine.

### FIN DES MATCHS :

Je quitte le terrain et rentre dans le vestiaire avec mon équipe, pour écouter les éventuelles remarques d'après match et prendre ma douche (obligatoire).

### RETARDS ou ABSENCES AUX MATCHS :

Je préviens au plus tôt mon entraîneur, afin qu'il puisse faire en conséquence.

## NOTE AUX PARENTS

Les parents devront avoir un comportement exemplaire sur et en dehors des terrains lors des entraînements et des matchs :

- Respecter les joueurs, les arbitres, les dirigeants et supporters adverses.
- Ils devront se tenir derrière la main courante.
- Il est possible que votre enfant change d'équipe au cours de la saison, il faut donc vous en adapter et accepter ces éventuels changements.
- Dans le vestiaire, ne sont autorisés à rentrer que les enfants et leurs éducateurs et dirigeants.
- Une présence parentale est nécessaire à votre enfant, pour son équilibre, sa motivation et son déplacement ; elle devient donc INDISPENSABLE (pas toujours les même parents).