

# Centre de formation Panthers Football Academy



Notre programme est basé sur le plan de développement à long terme du joueur de soccer et le préparer à répondre aux exigences du football d'élite .Les athlètes qui intègrent le programme centre de formation panthers football academy pourront optimiser les aptitudes indispensables pour le haut niveau sous tous les aspects (athlète, technique élevée, maîtrise du jeu complète, compétiteur, etc.) Permettre aux jeunes joueurs et joueuses qui possèdent des aptitudes reconnues d'atteindre leur développement optimal tant au plan sportif que scolaire .

## OÙ ?

- Cégep Rivière du Loup (Région Bas St-Laurent)
- Région Montréal

## Horaire

- Mercredi et Vendredi soir
  - Dimanche après-midi
  - 18h30-20h00 – 16h00-17h30
  - Horaires peuvent être modifiés
- Début: Mi-Mai
- Fin: Mi-Octobre

## QUI ?

- U10-U12
  - U13-U15
  - U16-U19
- Garçons et Filles



## Contenu du Programme

- Technique, Tactique, Entraînement de gardien Spécifique
  - Physique: Vitesse, Agilité, Motricité, etc.
  - Mental: éthique de travail, discipline, estime de soi
  - Séances Bilingue (Français et Anglais)
  - Placement du joueur
- ( NCAA, Universités Canadiennes, club International, Europe)

## Coût

- 450\$ \* Paiement en deux versements\*
- ligue 3vs3,
- Jersey, Short, Bas, (Inclus)
- 2 x par semaine + Match hors-concours

➤ Information pour paiement: chèque ou comptant :  
**Panthers Football Academy-but pour l'or**

## Personnel technique

- Entraîneur Licencié
- Formateur certifié et qualifié – Futsal niveau 1
- Entraîneur de Gardien

## Formulaire d'inscription en ligne

### PARTENARIATS



Directeur Technique: Roldègè Arius ([butdor@hotmail.com](mailto:butdor@hotmail.com))  
Adjoint technique: Paolo De Palma ([Paolo.DePalma@amdocs.com](mailto:Paolo.DePalma@amdocs.com))

**Pour de plus amples informations:**  
Roldègè Arius: 438-494-1715  
Gennaro Varrechionne: 514-269-4606  
Paolo De Palma: 54-895-4941

# Sélection Panthers football academy



## SPORTIVES SCOLAIRES

(Sélection 10-12ans filles et/ou garçons)

**OBJECTIFS:** Permettre aux enfants de 10 à 12 ans, qui en manifestent l'envie et les aptitudes, de pouvoir, à proximité de leur domicile, bénéficier d'une structure normale, adaptée et valorisée par :

- L'acquisition progressive d'une pratique d'excellence
- L'aménagement adapté du temps scolaire et sportif
- Des rythmes de pratique équilibrés (tenant compte des besoins de l'âge et des exigences du DLTA).

### Cadre:

- 2 à 3 entraînements par semaine
- Encadrement Qualifié : Diplôme Provincial et national
- Soutien scolaire, suivi du joueur

### Contenu:

- +Technique : Apprentissages 50 à 60%
- +Tactique : Fondamentaux 30 à 40%

➤ Avec un accompagnement des qualités physiques de base : coordination, vitesse, aérobic, etc.

**Maîtrise individuelle:** « le joueur et le ballon, Aisance, coordination, bagage, etc.

**Situation de base en nombre réduit:** « Partenaire , adversaire, espace , etc. »

*Programme camps/Cliniques/programme de soccer après écoles  
U7 à U13ans*

#### *Les bénéfices du programme:*

- Amélioration des gestes techniques, tactiques et physiques garantis
  - Culture et Motivation du joueur à s'entraîner tout seul
  - Développer des bonnes habitudes d'entraînement
  - Transmettre la passion du jeu



# Centre formation



## OBJECTIFS:

- Former les garçons et filles de 15 à 19 ans à une carrière professionnelle
- Le préparer à répondre aux exigences du Football d'élite
- Favoriser l'épanouissement des individus
- Optimiser les aptitudes indispensables pour le haut niveau sous tous les aspects (athlète, technique élevée, maîtrise du jeu complète, compétiteur, etc.)
- Maintenir un équilibre de vie sain et exemplaire
- Se préparer à l'échec comme à la réussite
- Préserver ses attaches familiales, régionales (le déracinement peut être facteur d'échec)

## CADRE:

- Infrastructures règlementées de qualité : terrains, musculation, vestiaires, loisirs, études, médical,
- 4 à 5 entraînements par semaine
- Encadrement qualifié : formateur, DEF, spécialiste gardien de but
- Accompagnement permanent .

## CONTENU :

- + ATHLETIQUE : "De l'adolescent à l'athlète de haut de haut niveau"
- + TECHNIQUE : "Des fondamentaux à la spécialisation"
- + TACTIQUE : "De l'attitude du joueur au jeu d'équipe"
- + COMPETITEUR : "De la connaissance du mental à la culture de compétition"

## RECRUTEMENT:

- Généralement sur observation (compétitions et sélections , etc.)
- Possibilités show case, tournoi international ,teams tour voire journées de détection

### Programme de Performance: U14 et plus

#### Bénéfices du joueur participant

- Amélioration des gestes techniques , Vitesse ,Bon instinct ,Endurance, bon État d'esprit du joueur
- Développer la confiance dans le jeu de créativité
- Bonne structure d'entraînement
- Encadrement Élite
- Développement à long terme Objectifs haute performance
- Permettre une meilleure performance en situation de match avec son équipe

