

Madame, Monsieur,

La Ligue Sport Adapté Hauts-de-France organise

**Une journée football loisir pour le public jeune et adulte**

**Le jeudi 14 décembre 2023 de 9h30 à 15h30**

## **Complexe Léo Lagrange à Armentieres Quai de la Dérivation, 59280 Armentières**

**Dans un souci d**’**organisation, la manifestation est limitée à 96 participants**

Les inscriptions sont à nous faire parvenir pour **le 07 décembre 2023 dernier délai** à :

adrien.louchez@sportadapte.fr

Pour tout renseignement concernant cette journée, veuillez-vous rapprocher du conseiller technique federal en charge du SAJ, adrien louchez ([adrien.louchez@sportadapte.fr](mailto:adrien.louchez@sportadapte.fr) 07-82-18-82-38)

Dans cette attente, veuillez recevoir, Madame, Monsieur, nos salutations sportives.

**Le President de la L.R.S.A,**

**Francis FAELENS**

**Information**

**Programme de la journée**

9h30: Accueil public (jeune et adulte)

10h-00: échauffement/distribution des feuilles de routes

10h30-12h00: pratique sur les différents ateliers proposés

12h00-13h00: Repas (à prévoir par les sportifs)

13h00-13h15 : Echauffement/distribution des feuilles de routes

13h15-15h15 : Maxi plateau (4c4)

15h15-15h30 : remise des récompenses

15h30 : fin de la manifestation

Pour pouvoir participer à cette journée, le sportif avoir au minimum 8 ans, en situations de handicap mental, psychique ou présentant des troubles du spectres autistique, vivant en établissement spécialisé ou à domicile (mais accompagné) et :

* Titulaires d’une licence sportive jeune/adulte annuelle FFSA (compétitive ou non compétitive).
* Titulaire d’une licence découverte (pass découverte) à 13 euros (+ certificat de non-contre-indication à la pratique du sport en cours de validité + attestation de responsabilité civile)

**Merci de prévoir pour cette journée :**

* Tenue de sport (Tenue de footballeur/ basket ou crampons/k-way)
* Protège tibias vivement conseillés

– Bouteille d’eau/gourde

* Licence 2023-2024 valide ou en cours d’enregistrement, pour les licences découvertes, règlements + certificat médical valide + attestation de responsabilité civile (individuel ou établissement)

**Déroulement de la journée**

* **3 categories d’age**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Catégorie jeune | Catégorie adolescent | Catégorie jeune adulte et adulte |
| 7-11 ans | 12-16 ans | + 16 ans |
| C 1 | C 2 | C 3 |

* **Nombre equipes et nombres de joueurs**

Au total, il y aura au maximum 96 joueurs et de ce fait 24 équipes (4 joueurs/joueuses chacunes). Nous vous demanderons donc de respecter le nombre de joueurs par équipe, bien évidemment, vous pouvez inscrire plusieurs équipes

* **Matin**

4 ateliers vous serons proposer, vous serez au maximum 3 équipes par ateliers (12 joueurs), temps de pratique 18 minutes.

Les atteliers seront des ateliers de perfectionnement (tir, controle/passe, jeu réduit, motricité)

* **Après-midi**

Nous allons passer sur un maxi plateau à 24 équipes, 5 terrains seront destiné aux matchs et 1 terrain sera destiné au ballon magique (1c1 avec gardien). Lors de chaque rotation 1 groupe sera au repos et un autre en activité, chaque groupe sera compose de 12 équipes.

Chaque équipes jouera donc 5 matchs et passera une fois sur l’atelier ballon magique, ce qui fait un temps effectif de jeu pour chaque joueur de 42 minutes sur l’après-midi.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Rotation | Groupe | Nombre equipe en match 4c4 | Nombre equipe Attelier ballon magique | Temps de pratique | Groupe repos |
| 1 | 1 | 10 | 2 | 7 minutes | 2 |
| 2 | 2 | 10 | 2 | 7 minutes | 1 |
| 3 | 1 | 10 | 2 | 7 minutes | 2 |
| 4 | 2 | 10 | 2 | 7 minutes | 1 |
| 5 | 1 | 10 | 2 | 7 minutes | 2 |
| 6 | 2 | 10 | 2 | 7 minutes | 1 |
| 7 | 1 | 10 | 2 | 7 minutes | 2 |
| 8 | 2 | 10 | 2 | 7 minutes | 1 |
| 9 | 1 | 10 | 2 | 7 minutes | 2 |
| 10 | 2 | 10 | 2 | 7 minutes | 1 |
| 11 | 1 | 10 | 2 | 7 minutes | 2 |
| 12 | 2 | 10 | 2 | 7 minutes | 1 |

**Fiche d’inscription journée**

**14 décembre 2023**

A renvoyer avant le **16 Novembre 2023** :

**adrien.louchez@sportadapte.fr**

NOM DU RESPONSABLE :……………………………………………………………………………………

CLUBS / ETABLISSEMENT :………………………………………………………………………………….

N°affiliation :…………………………

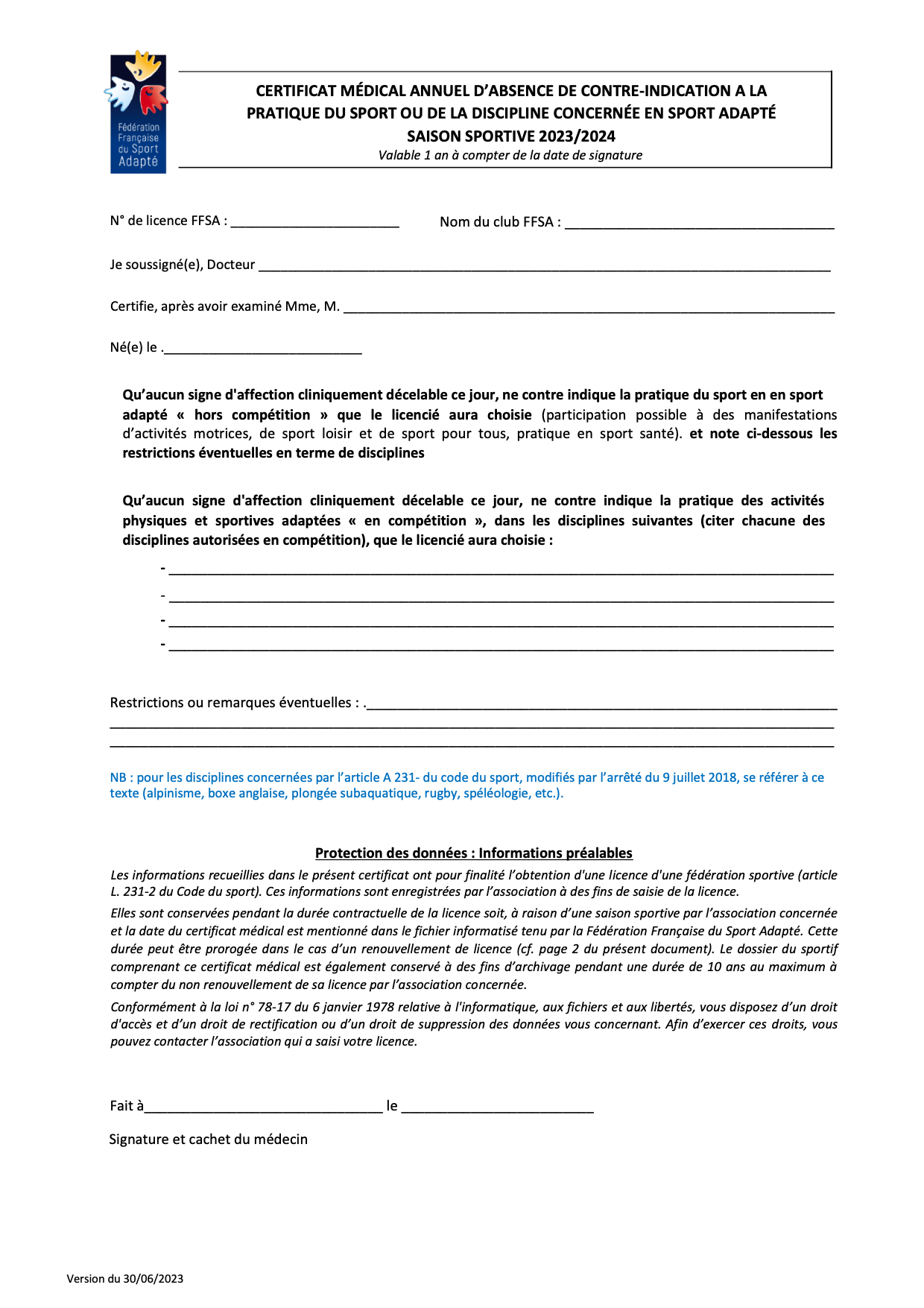
ADRESSE :…………………………………………………………………………………………………………..

Téléphone :………………………………… E-mail :………………………………………………………..

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nom de l’équipe :** | | | | | | |
|  | Nom | Prénom | Catégorie Age  (c1/c2/c3) | Sexe | N° licence | Licence découverte\*  13 euros (+ certificat médical) |
| **1** |  |  |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |
| **TOTAL A PAYER (chèque à l’ordre de la ligue)** | | | | | | **€** |

**Exemple de certificat médical si besoin**

**(Si le sportif n’est pas licencié au sport adapté et qu’il décide de souscrire à une licence découverte)**



**Adresse du lieu de pratique**

## **Complexe Léo Lagrange à Armentieres Quai de la Dérivation, 59280 Armentières**

Une image contenant carte, texte, atlas

Description générée automatiquement

**Contact**

****

**Adrien louchez**

****

**07-82-18-82-38**

****

**adrien.louchez@sportadapte.fr**