

BIEN PLANIFIER SA SAISON DE SOCCER

⚽ Une planification de votre saison est essentielle

Ceci vous permettra :

- * D'atteindre les résultats voulus
- * De vérifier si chacune des parties s'intègrent les unes aux autres
- * De faire savoir à vos joueurs vos attentes
- * D'évaluer la progression de chacun de vos joueurs de façon individuelle et collective.

BIEN RESPECTER CERTAINS PRINCIPES

⚽ Diviser votre saison en trois parties

- * Pré-saison (4 à 6 semaines)
- * Saison régulière
- * Fin de saison

À chacune des parties de la saison, il serait important de mettre l'emphase sur la préparation physique, le développement des habilités techniques et la préparation tactique. Cette emphase se fera de façon graduelle selon la saison et l'âge de vos joueurs.

