



Union Sportive **EPOUVILLE** Football

Règles de vie U7 à U15

Présence et ponctualité

1- Je respecte les horaires d'entraînement selon ma catégorie

Catégorie	Jour	Accueil	Séance
U7	Mercredi	13 :30 à 14 :00	14 :15 à 15 :45
U9	Mercredi	13 :30 à 14 :00	14 :15 à 15 :45
U11	Lundi	17 :00 à 17 :30	17 :45 à 19 :00
	Mercredi	16 :15 à 16 :45	17 :00 à 18 :30
U13	Mardi	16 :45 à 17 :20	17 :30 à 19 :00
	Jeudi	16 :45 à 17 :20	17 :30 à 19 :00
U15	Mardi	16 :45 à 17 :20	17 :30 à 19 :00
	Jeudi	16 :45 à 17 :20	17 :30 à 19 :00

- 2- Au début de chaque séance, mon éducateur enregistre les présents et les retardataires
- 3- Mes parents peuvent venir me chercher après la douche obligatoire en fin de séance
- 4- L'heure d'arrivée au plateau ou au match est précisée sur la convocation. La convocation est diffusée sur le site internet du club le jeudi soir. J'arrive à l'heure à la convocation pour ne pas pénaliser mon équipe.
- 5- Je préviens l'éducateur en cas d'absence à l'entraînement, au plateau ou au match

Les absences injustifiées et les retards sont pris en compte pour la composition des équipes

Vestiaire / Temps avant entraînement, match ou plateau

- 1- Mes parents ne sont pas admis dans le vestiaire sauf en U7
- 2- Lors de l'entraînement, je m'équipe calmement dans le vestiaire et sors sur le terrain dès que je suis prêt en pensant à prendre ma gourde et en étant passé aux toilettes.
- 3- Pendant le temps libre avant l'entraînement je peux faire des jongles, passes, toro, mais je ne peux pas faire des frappes.
- 4- Lors du plateau ou du match, j'enlève ma tenue du club et attends que l'éducateur me donne mon short. Lorsque toute l'équipe est prête, mon éducateur me remet mon maillot.
- 5- Lors du plateau ou du match, le vestiaire est l'endroit où je commence à me concentrer. Je m'habille et attends dans le calme.
- 6- A la fin du plateau, du match et de l'entraînement, je prends obligatoirement ma douche. J'ai apporté ma serviette et mon gel douche.

Mon comportement dans le vestiaire est pris en compte pour la composition des équipes

Comportement

- 1- Quand j'arrive, je dis « bonjour » et serre la main des éducateurs et coéquipiers.
- 2- Quand je pars, je dis « au revoir » et serre la main des éducateurs et coéquipiers.
- 3- En toutes circonstances, je respecte mes éducateurs et coéquipiers
- 4- Sur le terrain, pendant l'entraînement, j'écoute les consignes et les applique sérieusement.
- 5- Je sais que si je pénalise le groupe à cause de mon comportement, je serai temporairement exclu de l'entraînement, du plateau ou du match.
- 6- L'entraînement se termine normalement par un match. Le temps passé à corriger les comportements est du temps perdu pour le match.

Mon comportement est pris en compte pour la composition des équipes

Equipement

- 1- J'arrive à l'entraînement, sur le plateau ou le match équipé de la tenue du club
- 2- Je possède tous les équipements nécessaires pour jouer. Si je n'ai pas mes chaussettes ou mes protège tibias, je ne jouerai pas et mettrai mon équipe en difficulté
- 3- Les shorts et maillots sont fournis par le club au début du plateau ou du match : je dois les respecter. A la fin du plateau ou du match, je les rends à l'éducateur, correctement remis à l'endroit, et à l'endroit où il me l'a demandé.
- 4- Je m'applique pour faire mes lacets. Le temps perdu à les refaire sur le terrain est du temps où je ne joue pas et où je mets en difficulté mes coéquipiers.

Le respect de ces règles est pris en compte pour la composition des équipes

Parents

- 1- Mes parents ne sont pas admis dans le vestiaire sauf en U7
- 2- Pendant les séances d'entraînement et les plateaux ou les matchs, mes parents doivent rester derrière la main courante
- 3- Mes parents sont là pour m'encourager et m'aider à progresser
- 4- En aucun cas mes parents ne peuvent me donner des consignes pendant les plateaux ou les matchs
- 5- Mes parents contactent l'éducateur lorsque je ne peux pas venir
- 6- Mes parents m'amènent à l'heure aux convocations et entraînements

Le foot est un sport d'équipe. Je ne fais pas ce que je veux. Je respecte ces règles pour respecter le club, mes éducateurs et mes coéquipiers.