



# 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	Séance
U7	Mercredi	14 :15 à 15 :45
U9f	Mercredi	14 :30 à 16 :00
U9	Mercredi	17 :30 à 19 :00
U11f	Lundi	17 :30 à 19 :00
	Mercredi	14 :30 à 16 :30
U11	Lundi	17 :30 à 19 :00
	Mercredi	17 :00 à 18 :30
U13f	Lundi	17 :30 à 19 :00
	Mercredi	14 :30 à 16 :30
U12/U13	Mardi	17 :30 à 19 :30
	Jeudi	17 :30 à 19 :30
U15	Mardi	17 :30 à 19 :00
	Jeudi	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 vendredi midi au plus tard. 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.
- 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.**