



Fédération Française de Rugby
Comité de Franche-Comté



Aux joueurs concernés,
Correspondants de club,

Besançon, le 3 février 2017

Dossier suivi par : R. Boyé– CTS (raphael.boyé@ffr.fr; 06 11 74 17 16)

CONVOCAATION
CET 4

Dans le cadre de la formation de nos meilleurs joueurs moins de 15 ans (année de naissance 2002), le Comité Territorial de Franche-Comté de Rugby organise le quatrième Centre d'Entraînement Territorial de la saison les **lundi 20 et mardi 21 février 2017** à Besançon. Les joueurs dont le nom figure sur l'Annexe 1 sont convoqués.

Le RDV est fixé lundi **à 11h00 au CIS**, avenue des Montboucons, 25000 Besançon. La fin du stage est prévue mardi **vers 16h**, comme indiqué dans le programme prévisionnel ci-annexé. Les repas et l'hébergement sont pris en charge par le comité.

Se munir de :

- Crampons et baskets
- Affaire d'entraînement
- Gourde
- Classeur de suivi et affaires pour prendre des notes
- **Le dernier bulletin scolaire**

En cas d'indisponibilité, merci de bien vouloir me prévenir dès réception de ce courrier.

Amitiés rugbystiques.

Raphaël Boyé
Conseiller Technique Sportif de Rugby

ANNEXE 1

Liste des joueurs convoqués :

Nom	Prénom	Nom Club
BAUD	ROMAIN	C A PONTARLIER
MAUGAIN	CARL	C A PONTARLIER
PRCANOVIC	BAPTISTE	C A PONTARLIER
ANDRIOLO	LOUIS	CERCLE SPORTIF LEDONIEN
BERAUDIER	OPHELIE	CERCLE SPORTIF LEDONIEN
BOULANGER	BAPTISTE	CERCLE SPORTIF LEDONIEN
MAIZIER	JESSY	CERCLE SPORTIF LEDONIEN
PEREZ	LUCAS	CERCLE SPORTIF LEDONIEN
DENARDI	ENZO	F C SAN CLAUDIEN
TETU	MATHIS	GRAND DOLE RUGBY
RENAUD	MARTIN	R C MORTEAU
PERRAD	CAMILLE	R C PLATEAU 25
NICOLE	SUZANNE	R C PLATEAU 25
DURAND	ARTHUR	R C VESOUL
PAQUELET	LILOU	R C VESOUL
BIANCHI	GUILLAUME	RUGBY OVALIE LURON
SAUCE	MARIE	CD 70
OGNIER	LOUIS	U S DOLOISE

Programme prévisionnel :

lundi 20 février 2017		Lieux	Responsable	mardi 21 février 2017		Lieux	Responsable
11h	Présentation du programme du stage Remplissage des questionnaires IS Formation à la connaissance de la règle : Jeu au sol, Ruck, Hors-jeu	CIS	R. Boyé	7h45	Petit déjeuner	CIS	R. Boyé
				9h	Echauffement rugby	UPFR STAPS (Terrain hat trick)	
12h30	Repas	CIS		9h30	Evaluation technique : Jeu au pied, lancer en touche, plaquage, ruck, contact et chute	UPFR STAPS (Terrain hat trick)	
14h	Tests physiques : Taille, poids, Force et fonctionnel (SL, Squat, Gainage, Gainage cervical), Vitesse (10-20-50m), VMA	UPFR STAPS (Halle d'athlé)		11h30	Douche	UPFR STAPS	
16h30	Tests Rugby : passe et réception aérienne	UPFR STAPS (Terrain hat trick)		12h30	Repas	CIS	
18h	Retour au CIS						
18h30	Remise des clés de chambre	CIS		14h	Présentation des fiches IS	UPFR STAPS (Salle)	
19h	Repas	CIS		14h30	Préparation IS	UPFR STAPS (Terrain hat trick)	
20h	Entretiens individuels	CIS (salle)		15h40	Douche	UPFR STAPS	
21h15	Information sur le CREF et pôle de Dijon	CIS		16h	Fin du stage		
22h15	coucher	CIS					