



## Micro-Soccer L'Assomption - Calendrier 2023 Filles - U4 à U6 (nées entre 2017 et 2019)

# SOCCER TIMBITS

Jour	Date	Heure	Terrain	Activité
Lundi	1 mai 2023	18:30 à 21:00	Centre communautaire	Uniforme
Mardi	30 mai 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	6 juin 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	13 juin 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	20 juin 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	27 juin 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	4 juil. 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	11 juil. 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	18 juil. 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
<b>* Pause pendant les vacances de la construction *</b>				
Mardi	8 août 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	15 août 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	22 août 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	29 août 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Mardi	5 sept. 2023	18:00 à 18:45	École Paul Arseneau	Entraînement
Samedi	9 sept. 2023		Festival - Informations à venir	

Les bas et le short sont donnés aux enfants et ils les conservent à la fin de la saison.

### Le chandail vous est prêté

Laver sans javelisant

Laisser sécher à l'air libre

Ne pas mettre dans la sècheuse

### Samedi 9 septembre 2023

Remise du chandail au responsable de votre équipe

\*\*\* Donc prévoir un autre chandail pour le retour à la maison de l'enfant.

### Adresses

École Paul-Arseneau      170 boul. Hector-Papin

Centre communautaire      399, rue Dorval

### Informations pour la saison 2023

Les joueurs Timbits portent

- Short et bas noir      - Protège tibia

- Souliers de soccer

### Température

\* Chaleur : Si l'humidex dépasse 40°C, le risque de surchauffe durant l'exercice est trop élevé. L'exercice est alors non recommandé pour les enfants (leurs mécanismes pour diminuer leur température corporelle ne sont pas encore assez développés. Par exemple, ils ne suent presque pas).

\* Pluie : l'activité a lieu même s'il pleut

\* Orage : si en cours d'activité il y a un orage, on interrompt celle-ci (tout le monde se réfugie dans les véhicules) et si après 15 minutes la température ne s'est pas améliorée, la suite de l'activité est annulée.

\* Aucune activité annulée ne sera reprise.

### Déroulement type

\* Activités de manipulation, de coordination, d'opposition sous forme d'exercices, de jeux ou de matchs

\* Tous les joueurs doivent participer, rotation des positions, pas de spécialisation, tout le monde est invité à être gardien

### Parents et spectateurs

\* Arrivez à l'heure SVP ! (i.e. 17h50 habillé et sur le terrain pour que l'activité commence à 18h00)

\* Votre présence et vos encouragements sont inspirants et appréciés tout au long de la saison

\* Chaises des supporters à un minimum de 4 mètres (12 pieds) du terrain de jeu

\* Apportez une bouteille d'eau pour chaque joueur