



Chers parents, cher joueur,

Le Team de la **Sélection Léman M15** a le plaisir de convoquer votre enfant au **deuxième entraînement de sélection** de la saison qui se déroulera le

Dimanche 25 août 2019
A Dorigny Lausanne, SOS1
Quartier Lac, 1015 Lausanne

Programme de la journée :

08h30-09h00	Arrivée des joueurs
09h00	Début de l'entraînement
09h35-10h40	Partie physique - Coordination et cardio
10h50-11h45	Partie technique - Tirs en situations
11h45-12h45	Repas de midi - Pique-nique
13h00-13h30	Partie mentale - Cri de guerre
13h50-15h20	Partie tactique - Positionnement
15h30-16h45	Partie jeu - Match interne
16h45-17h00	Débriefing et décrassage
17h00	Fin du rassemblement

Comme chaque entraînement de sélection, celui-ci sera fermé au public. Cependant, **nous vous accueillons très volontiers dès 15h30 pour le match interne.**

Concernant le matériel, votre enfant doit prendre avec lui **ses affaires d'unihockey standard, les affaires M15 qu'il possède et ses affaires de douche**, celle-ci étant obligatoire pour des raisons évidentes de bien-être et d'hygiène.

Il devra par ailleurs avoir avec lui **un pique-nique pour le repas de midi**, ainsi que des en-cas pour le reste de la journée (fruits, barres de céréales, ...).

Nous vous prions de nous confirmer par retour de mail la présence de votre enfant à cet entraînement, ou d'excuser son absence.

En restant à disposition pour tout renseignement complémentaire, nous vous prions d'agréer, chers parents, cher joueur, nos salutations les meilleures.

Team de la Sélection Léman M15