

BETTER

Football



Better Football



Sponsoriser un stage de football

Offrir un stage de football pour financer la participation d'enfants en difficulté.

Le sport pour tous!



100k views

[View all 1205 comments](#)

1 DAYS AGO

Campagne Better Together

BETTER

Football

1. Fournir du plaisir aux enfants

2. Assurer leurs progressions et éducations sportives

3. Nourrir leurs rêves et l'envie de devenir meilleur

4. Apprendre à vivre ensemble et à aider les membres du groupe

**Les valeurs de BETTER Football
pour vos enfants**

**A Better Football, en plus des
entraînements, on apprend également la
bonne technique de course !**

BETTER

Football



On travaille musculairement, et on obtient son bilan physique!

BETTER

Football



Stage automne 2023
BETTER Football

Fiche Athlétique individuelle

Date de naissance : 4/22/2011
Age : 12
Groupe : Groupe 3 - U15
Club : Arlon
Poste préférentiel : MOC - AT

Mesures :

Taille : 161cm
Poids : 43,2kg
IMC : 16,6

Âge du pic de croissance : 14,4 ans
Tôt mature ou tard mature : Moyenne
Estimation de la taille adulte : 190,6 cm

Commentaire : Tu débutes ta croissance, ton pic ne sera pas atteint avant un ou deux ans. Continue à bien travailler ta coordination pour l'instant.

Souplesse Ischio-jambiers : Moyen

Souplesse Adducteurs : Mauvais



Commentaire : Veille à bien t'étirer régulièrement afin d'éviter d'être trop raide et de pouvoir réaliser des mouvements avec une amplitude correcte et diminuer le risque de blessure.

VMA Gacon : Bien

Commentaire final : Travail ta souplesse, elle pourrait te porter préjudice.. Autrement bon travail, continue comme ça!

On progresse aussi sur les points tactiques !

BETTER

Football



On apprend techniquement en jouant au Minifoot

BETTER
Football



Avec les plus petits, on travaille la psychomotricité et la coordination!



Et on s'amuse tous à la piscine en jouant au Waterpolo!

BETTER

Football



BETTER

Football

Le programme de BETTER Football

Progresser

- Techniquement
- Tactiquement
- Mentalement
- Physiquement

S'amuser

- Dans les bois
- A la piscine
- Tous ensemble
- En mouvement

U11-U17

- Activités en piscine (jeux, renforcement musculaire,...)
- Amélioration de la condition physique (course à pied dans les bois et technique de course)
- Développement des capacités techniques et tactiques
- Entraînements, matchs, mini-foot...

U7-U11

- Développement de la motricité de l'enfant
- Amélioration des capacités de coordination
- Activités en piscine, dans les bois et en salle
- Tournoi de foot et de mini-foot
- Multisport
- Progression du rapport de l'enfant avec le ballon

BETTER

Football

Offre un stage de football!

Tél: 0032 493 75 26 12

Mail: mathys@keepexpert.com

Virement bancaire de 175 euros

LU19 111 7575 4976 0000

