



DISTRICT DE LA MAYENNE



Newsletter de novembre 2021



Retour sur les exploits de nos clubs en Coupe de France

Nous profitons de cette Newsletter pour faire un retour sur nos clubs de District qui ont performé dans cette Coupe de France.

Concernant la Coupe de France féminine, l'exploit vient du Stade Lavallois qui pour son retour en championnat senior, s'est hissé jusqu'au premier tour fédéral. L'équipe tango s'est inclinée 0-4 face au FC Lorient.

Avant cela, elles ont passé cinq tours en ayant éliminé notamment plusieurs équipes de niveaux régionales :

Ste Luce (R1), La Roche Vendée (District), GF Loire et Retz (R2) Parigné l'Evêque (District), GF Val de Sarthe (District).

Lors de la Coupe de France masculine, l'US Chantrigné, qui vient d'accéder à la D1, a eu l'honneur de rencontrer lors du cinquième tour l'équipe du Stade Lavallois pour un match qui laissera beaucoup de souvenirs à tous les membres du club. Une défaite 6 à 0 face à l'équipe évoluant en National qui a mis fin à cette aventure. Ils avaient réussi auparavant à éliminer les équipes de Mamers (R2), Yvré l'Evêque (R3), Commer (D3) et Brécé (D3).

Félicitations à ces clubs et souhaitons-leur de renouveler l'exploit la saison prochaine en espérant que de nouveaux clubs les imitent.

Dernier représentant mayennais en Coupe de France, nous souhaitons également bonne chance au Stade Lavallois MFC pour aller créer à leur tour l'exploit à l'extérieur face au club de Ligue 2 de Quevilly Rouen Métropole le samedi 18 décembre.



L'ACTUALITE DU MOIS

Page 2

LES FORMATIONS

(arbitres, dirigeants, éducateurs)
et la coupe régionale U15

Page 3

A LA DECOUVERTE DE

...

Page 4

INFORMATIONS IMPORTANTES

Page 5

PARTENAIRES ET CONTACT

Page 5

Actualité du mois...

Les stages futsal U12-U15



Nouveauté mise en place cette saison, la journée de stage futsal U12-U15 était destinée à chaque joueuse et joueur U12 à U15 licencié dans un club mayennais.

Deux journées ont eu lieu, l'une le 2 novembre à Villaines, l'autre à Craon le 4 novembre.

28 participants à Villaines, 24 à Craon (dont 10 féminines au total sur les deux journées).

Une séance d'entraînement le matin, puis un quiz sur les règles du jeu un tournoi l'après-midi.

Stages très intéressants avec des jeunes qui n'ont pas l'habitude de cette pratique et qui ont apprécié ce stage.



La PEF'ormance du mois de novembre pour le CA Evron

Pour cette deuxième « PEF'ormance » de la saison, c'est le club du CA Evron qui est mis en avant grâce aux actions réalisées. Pour les plus jeunes, l'Action Terrain « Savoir faire son sac » a été mise en place. Deux actions différentes ont eu lieu. La première a été de mettre des affiches dans les couloirs des vestiaires ainsi que des documents donnés aux parents sur la constitution du sac de foot en fonction de la météo et de la saison. La seconde était une animation pratique qui a eu lieu sur le terrain avec les U11 le mercredi 24 novembre.

Une action concernant l'engagement citoyen et le Fair-Play a eu lieu avec la catégorie U13.

L'idée pour les joueurs était de s'auto évaluer individuellement et faire le même travail sur l'équipe afin de se fixer des objectifs pour progresser.

Quatre autres actions ont été mises en place sur le thème de l'arbitrage.

C'est le thème qui sera le fil rouge du club cette saison.

De plus, pour officialiser cette action de formation, un jeu de maillots « jeune arbitre » permet d'équiper les jeunes. Cela permet de mettre en avant le rôle tenu, et de montrer à tous que l'arbitrage s'apprend.

Pour retrouver les détails de toutes ces actions, cliquez sur le lien ci-dessous :

<https://mayenne.fff.fr/.../peformance-du-mois-denovembre.../>

Félicitations au club du CA Evron Football pour toutes les actions mises en place au club.



Journée de stage des U12F et U13F à St Hilaire du Harcouet (50)...



Le vendredi 5 novembre avait lieu un rassemblement U12F U13F à St Hilaire du Harcouet. Trois Districts étaient présents avec une équipe U12F et une équipe U13F.

Nos deux équipes ont été formées grâce à l'après-midi de détection du mercredi 6 octobre.

Cette journée a permis à nos 21 joueuses de se connaître davantage grâce à un voyage en minibus et un déjeuner en commun. Nos deux équipes ont ensuite joué deux rencontres contre nos voisins de Basse Normandie.

... Et à L'Huisserie pour les U14F et U15F



Le deuxième rassemblement départemental U14F et U15F de la saison 2021-2022 s'est tenu le vendredi 29 octobre sur les installations de L'Huisserie.

35 joueuses étaient présentes qui ont fait preuve d'un véritable engagement lors des jeux, situations, exercices proposés le matin et lors des matchs de l'après-midi.



Actualité du mois...

Le module U9



13 stagiaires ont suivi le module U9 qui s'est déroulé les 12 et 13 novembre à Laval.

Ces deux journées ont été animées par Mathieu Airault et Valère Labbé.

Les objectifs de cette formation sont avant tout d'accueillir en sécurité les enfants U9, d'animer et de conduire des séances en cohérence avec cette catégorie, ainsi que d'accompagner et diriger une équipe en compétition (Plateaux).

Le module U13

Un module U13 a eu lieu les 19, 20, 26 et 27 novembre avec la formule 4 fois 4 heures (deux vendredis soirs et deux samedis matins). Cette formation a eu lieu à St Germain le Fouilloux. Onze stagiaires l'ont suivi. Ils ont pu alterner des cours théoriques animés par Arnaud Bulenger et Alexandre Leduc mais aussi animer sur le terrain une séquence d'entraînement pour un public de cette catégorie.



La coupe U15 régionale futsal



Les équipes mayennaises participaient au tour départemental de la coupe régionale futsal. Les six équipes de Ligue ainsi que l'équipe spécifique de l'Etoile Lavalloise ont pu pratiquer le futsal avec deux rassemblements pendant les vacances scolaires.

Le premier le samedi 30 octobre où quatre équipes jouaient à Ernée et trois à l'Etoile Lavalloise.

À la suite de ce premier tour, un second a eu lieu dans la salle Aubameyang de l'Etoile Lavalloise le samedi 6 novembre avec un premier temps où les équipes ayant terminé 3èmes et 4^{ème} se sont rencontrées.

Puis en fin de matinée, un plateau avec les équipes s'étant classés 1ères et 2èmes le 30 octobre. Chaque équipe a rencontré les trois autres lors de matchs d'une durée de 15 minutes.

C'est l'US Changé qui termine premier en ayant remporté tous ces matchs. Les changéens représenteront le département à la finale régionale du samedi 5 février 2022.

A la découverte des... Pratiques associées



Dans un département où le temps n'est pas toujours clément, où les terrains synthétiques ne courent pas les rues, il est important de trouver des alternatives afin de proposer une pratique sur toute la saison.

L'importance de réserver une salle est l'une des alternatives.

Elle permet aussi bien de faire s'entraîner et jouer les jeunes à l'abri mais aussi faire découvrir des pratiques plurielles.



Le Futsal chez les jeunes

Elle permet à chaque jeune de pratiquer le futsal sur les mois de janvier et février. Cela permet de garder une pratique continue en cette période où les terrains sont souvent impraticables.

Cette pratique permet aux jeunes de toucher plus souvent le ballon, de développer la concentration et le fait de passer rapidement et souvent du statut offensif à défensif.

Il permet de travailler la maîtrise du ballon et des spécificités liés au futsal.

N'oubliez pas de réserver la salle de votre commune afin de pouvoir proposer des entraînements en salle et aussi d'accueillir des rassemblements de U7 à U18 les samedis.



Le Foot en marchant

Le Foot en marchant ou « Walking Football » est une variante du football qui se pratique à effectif réduit (5 contre 5 ou 6 contre 6 selon la taille du terrain et le type de public).

Créé en 2011 en Angleterre, c'est une version lente du football avec des règles aménagées permettant une pratique loisir totalement sécurisée et accessible à tous et toutes (intergénérationnelle, mixité hommes-femmes et/ou sociale, inclusion). Cette pratique s'inscrit dans la démarche du Sport Santé.



Le Futnet

Le Futnet, connu aussi sous le nom de tennis ballon, oppose deux équipes d'une à trois personnes (2 contre 2 préconisé), séparées par un filet, sur un terrain rectangulaire constitué d'une aire de jeu et d'une zone de dégagement. L'objectif est de faire rebondir le ballon dans les limites du camp adverse sans que l'équipe ne parvienne à le renvoyer après deux rebonds.

Les matchs se jouent en un set gagnant où la première équipe à 15 points l'emporte. Les joueurs et joueuses peuvent toucher le ballon avec toutes les parties du corps sauf les bras et les mains. Le Futnet se caractérise par un jeu offensif et technique, son intensité et permet aux pratiquants ou pratiquantes d'aborder un sport sous un aspect ludique.



Le Fit Foot

Principalement destiné à un public féminin, le Fit Foot est également adapté pour celles et ceux qui souhaitent continuer à s'épanouir dans le football traditionnel. Il peut facilement être intégré à la pratique, en complément de l'accompagnement physique dispensé au cours des entraînements plus classiques.

Le Fit Foot met l'accent sur le cardio-jogging et le renforcement musculaire à travers les gestes du football. Chaque participant(e) dispose d'un ballon et réalise les mouvements proposés par l'instructeur(trice) en musique afin de maintenir ou retrouver forme et souplesse.



Informations Importantes



Championnats jeunes

La première phase des championnats jeunes se termine.

Les groupes de la seconde phase vont être établis selon l'architecture prévue. Vous pourrez trouver ci-dessous le document synthétisant les accessions et rétrogradations pour la seconde phase qui démarrera en 2022.

<https://mayenne.fff.fr/simple/championnats-jeunes-accessions-retrogradations-a-lissue-de-la-1ere-phase/>

Rappel protocole sanitaire

Il est trop souvent constaté un relâchement concernant le respect du protocole sanitaire autour de nos terrains mayennais.

Vous trouverez pour rappel le protocole à mettre en place dans vos clubs lors de vos rencontres.

[Protocole competitions regionales departementales 21_22](#)

Phase futsal jeunes

LES DATES

U12 U13 District : les samedis 8 janvier et 22 janvier 2022.

U15 District : les samedis 15 janvier et 29 janvier 2022.

U17/U18 District : les samedis 15 janvier et 29 janvier 2022 (*sur la base du volontariat, fiche d'inscription à remplir et à renvoyer au District avant le 1^{er} décembre*).

U13F/U15F/U18F :

Répartition sur les dates suivantes : 8, 15, 22 et 29 janvier 2022.

Une finale départementale (en U13, U15, U17/U18 et U13F, U15F, & U18F) aura lieu le 5 février.



Nos Partenaires



Retrouvez-nous sur notre [site internet](#) ou notre [page Facebook](#) !