



# Saison 2021/2022

## RÈGLES DE VIES DU GROUPE SÉNIORS ATTENDUS

Que l'aventure et l'histoire commence :

Voici les engagements à tenir :

- 1) Avoir plus d'implication dans la vie du club (Entraînements, matchs, arbitrage et vie du club)
- 2) Respect des règles de vie et cadre dans le vestiaire (14h : on se change 14h10 prise de parole de l'entraîneur)
- 3) Respect des horaires (13h30 ou 13h40 à domicile, 14h au vestiaire)
- 4) Avoir des rituels de préparation de match (petite réunion d'avant-match, déjeuner ensemble...)
- 5) Être prêt à faire les efforts et être investi
- 6) Être plus concentré (Saut de concentration), à l'écoute, autonome et responsable
- 7) Avoir de l'envie, de la détermination
- 8) Echanger et communiquer entre dirigeants, joueurs, éducateurs
- 9) Respecter les choix des coaches
- 10) Avoir confiance en soi quelque soit l'équipe dans laquelle tu joues ou si tu es remplaçant
- 11) Faire les efforts au bon moment
- 12) Avoir du mental et du caractère
- 13) Sortir de sa zone de confort
- 14) Apporter mon aide sur la préparation mentale du joueur
- 15) Se fixer des objectifs de performance à l'entraînement et en match
- 16) Mieux adapter et expliquer les séances
- 17) Simplifier certains exercices et le fonctionnement en montant progressivement en intensité (Eviter que les joueurs soient trop longtemps à l'arrêt)
- 18) Faire des sacrifices
- 19) Avoir de l'ambition et de l'audace
- 20) Avoir une cohésion de groupe
- 21) Avoir 2 à 3 joueurs leaders dans le groupe afin de mieux communiquer entre nous
- 22) Construire un projet autour de nos jeunes et être patient
- 23) Vouloir grandir ensemble et progresser
- 24) **Fiestas** : Prévoir les dates anniversaires ou autres soit le vendredi soir ou hors championnat
- 25) Être raisonnable sur le samedi soir (3h-4h Max au lit) sinon me prévenir le vendredi soir
- 26) Respecter vous et respecter le staff
- 27) Être exigeant dans les détails
- 28) Faire preuve de sérénité et d'humilité
- 29) Interdiction de rentrer dans le stade en fumant une cigarette quand vous jouez (image pour nos jeunes)  
Seulement à l'extérieur du stade ou après la rencontre.
- 30) Avoir les bons comportements et bonnes attitudes positives

**Conclusion** : Mon ambition est de rendre les joueurs le plus performant possible et tirer le meilleur de chacun. Je veux construire un projet autour des jeunes et joueurs plus expérimentés. La construction d'un projet demande de la patience.

J'avancerai avec ceux qui se mettront au service du collectif. Certains joueurs doivent tirer le groupe vers le haut.

Il faudra être acteur de ses ambitions et de ses objectifs

