

# PARCOURS CANADA SOCCER

LE PARCOURS CANADA SOCCER EST UNE FEUILLE DE ROUTE POUR LES JOUEURS DE TOUS ÂGES QUI VEULENT JOUER AU SOCCER AUX NIVEAUX RÉCRÉATIF, COMPÉTITIF ET EXCEL. IL EST CONSTRUIT AUTOUR DES PRINCIPES DE DÉVELOPPEMENT À LONG TERME DU JOUEUR ET ENCOURAGE LA PARTICIPATION CONTINUE.



## STADES DE DÉVELOPPEMENT À LONG TERME DU JOUEUR

### NIVEAU DE JEU

EXCEL
COMPÉTITIF
RÉCRÉATIF

### SAVOIR-FAIRE PHYSIQUE

- 1 Départ actif ↑ ↓ ÂGE 4-6
- 2 Fondamentaux ↑ ↓ ÂGE 6-8    ↑ ↓ ÂGE 8-9
- 3 Apprendre à s'entraîner ↑ ↓ ÂGE 9-11    ↑ ↓ ÂGE 9-12

- 4 S'entraîner à s'entraîner ↑ ↓ ÂGE 11-15    ↑ ↓ ÂGE 12-16
- 5 S'entraîner à la compétition ↑ ↓ ÂGE 15-19    ↑ ↓ ÂGE 16-20
- 6 S'entraîner à gagner ↑ ↓ ÂGE 18+    ↑ ↓ ÂGE 19+
- 7 Vie active ↑ ↓ TOUS ÂGES



**VOS BUTS MARQUENT  
NOTRE SPORT**