



## Bienvenue

La saison de soccer 2010 commence pour la plupart d'entre vous avec le début des entraînements. En son nom personnel et au nom du Club Caravelles, Madame Claire Bellemare, présidente du Club Caravelles de Sainte-Foy – Sillery (CCS) profite de ce premier bulletin pour souhaiter aux joueurs, aux entraîneurs ainsi qu'aux parents une très bonne saison de soccer 2010.

## Club Caravelles de Sainte-Foy - Sillery (CCS)

Le CCS est le club de soccer qui a pour mission d'organiser et de développer le soccer sur le territoire de Sainte-Foy et Sillery. Le CCS est un des 32 membres de l'Association Régionale de Soccer de Québec (ARSQ) qui regroupe près de 26 000 adeptes du soccer de la grande région de Québec.

## Équipes

Cette année, le CCS va encadrer environ 80 équipes totalisant près de 1500 joueurs réparties comme suit :

3 équipes en Ligue de Soccer Élite du Québec (LSEQ), niveau AAA.

23 équipes en Ligue de Soccer de Québec Métro (LSQM), niveaux A et AA.

19 équipes en Ligue de Soccer Régional de Québec (LSRQ), niveau local **dont 5 équipes U-11.**

**21 équipes en ligue de participation du Club (LCCS), U-08 à U-10.**

Équivalent de 12 à 15 équipes (novices).

## Orientations

1. Chaque équipe sera dirigée par un entraîneur adulte ou un jeune entraîneur secondé par un adulte;
2. Nous sollicitons une présence accrue de parents entraîneurs;
3. Les responsables d'équipes ( ainsi que les parrains et marraines) auront un rôle organisationnel auprès de l'équipe (ex. feuille de match, chaîne téléphonique, discipline et changement de joueur sur les bancs, etc.);
4. Il y a support du CCS tant pour l'encadrement technique des enfants que pour le suivi de la formation des entraîneurs.

Comme par les années passées, le Club Caravelles consacrera ses énergies à améliorer les points suivants :

1. Améliorer les communications (listes de distribution, chaînes téléphoniques, site internet, etc.);
2. Travailler à diminuer l'absentéisme durant le mois de juillet et minimiser le nombre de pertes de matchs par forfait causant des amendes au CCS;
3. Développer des documents de support (cahiers d'entraîneurs, cahiers de pratiques, etc.).

## Rôle des adjoints techniques

- Enseigner aux joueurs les principes techniques (passe, tirs, dribble, conduite de ballon, feintes, etc.)
- Diriger la planification des entraînements avec les entraîneurs.
- Échanger avec les entraîneurs et les parents
- Assurer un suivi de nos joueurs

## Rôle des entraîneurs

- Les entraîneurs auront la responsabilité de l'échauffement avant les matchs ainsi que de diriger l'équipe lors des matchs.
- Lors des entraînements, ils assureront un encadrement des joueurs sur les fondamentaux techniques du soccer. Ils planifieront des entraînements spécifiques sur un thème et seront en "team-coaching" avec d'autres entraîneurs ainsi qu'avec un adjoint technique. Cela permettra aux entraîneurs d'échanger et de développer leurs connaissances.

## Rôle du responsable d'équipe

Le responsable d'équipe voit au bon fonctionnement de l'équipe, recrute les parrains et marraines, réparti leur travail et gère l'équipement lors des matchs et des entraînements. Il a la responsabilité d'assurer les communications entre les différents intervenants.

## Rôle des parrains et marraines

Les parrains et marraines assistent le responsable et les entraîneurs et s'occupent des aspects administratifs comme la préparation des feuilles de match. Ils peuvent à l'occasion remplacer les entraîneurs.

Nous remercions tous ceux et celles qui ont accepté de prendre l'une ou l'autre de ces responsabilités.

## Équipements

Le CCS donnera à chaque enfant un short et une paire de bas noirs ainsi qu'un ballon. Le CCS prêtera pour la durée de la saison un maillot d'équipe à chaque enfant. Nous demanderons un chèque de 50 \$ (à l'ordre du Club Caravelles de Ste-Foy – Sillery) qui servira de caution en cas de non remise du gilet en fin de saison.

Pour les besoins de la ligue, chaque enfant doit s'équiper de protège-tibias et de souliers à crampons. Le fournisseur officiel étant Mo&Mo Sports à Plaza Laval.

## Horaire entraînements (15 mai au 21 août)

### Sercteur Ouest :

Ste-Ursule, St-Benoît, St-Mathieu

Équipes	Heures	Terrain
U-08F et U-10F	Sam. 8 h 30 à 9 h 45	Ste-Ursule
U-10M	Sam. 9 h 45 à 11 h	Ste-Ursule
U-08M	Sam. 11 h à 12 h 15	Ste-Ursule
U-11F et U-11M	Sam. 12h45 à 14h15	Ste-Ursule

### Membres du Comité de secteur Ouest :

Adrien Dufour 418 654-9055  
Lounès Chergui 418 641-6301 p. 3374  
Pascal-Emmanuel Carpentier 418 651-2571

### Secteur Centre : Saint-Louis

Équipes	Heures	Terrain
U8M et U8F	Sam. 8 h 30 – 9 h 45	St-Louis
U10F et U11F	Sam. 9h45 - 11h00	St-Louis
U10M et U11M	Sam. 11h00 - 12h15	St-Louis

**Saint-Louis** : Damien de Halleux 418 657-5212

### Secteur Est : Sillery

Équipes	Heures	Terrain
U-08M	Sam. 8 h 30 à 9 h 45	Du Buisson
U-08F et U-10F	Sam. 9h45 à 11h00	Du Buisson
U-10M et U-11M	Sam. 11h00 à 12h15	Du Buisson

**Sillery** : Emmanuel Jolys 418 932-0305

## Commanditaires

Tous nos remerciements aux Caisses Desjardins de Sillery – Saint-Louis-de-France et de Pointe-de-Ste-Foy pour leur généreuse contribution.



## Dates à retenir

**Mai 17** : Début de saison LSRQ (U-11)  
**24** : Début de saison ligue de participation du Club (LCCS), **U-08 à U-10**  
**Juin 5** : Ouverture officielle de la saison (Club) : Rochebelle  
**Juillet 2 au 4** : Coupe Caravelles  
**10 et 11** : Festival de Sainte-Foy  
**Août 21** : Fin de saison ligue de participation du Club (LCCS), U-08 à U-10 et LSRQ (**U-11**)

## Festival de soccer de Sainte-Foy

La 26<sup>e</sup> édition du Festival de soccer de Sainte-Foy se tiendra les 10 et 11 juillet 2010 sur les terrains de l'École de Rochebelle. Toutes les équipes U-08, U-10 et U-11 tant masculines que féminines y sont inscrites. **S.V.P réservez cette date.**

## Le tournoi Coupe Caravelles

La 16<sup>e</sup> édition du tournoi national Coupe Caravelle se tiendra du 02 au 04 juillet 2010 sur les terrains de l'arrondissement Sainte-Foy – Sillery – Cap-Rouge. C'est également une belle occasion pour voir les plus âgés défendre les couleurs du Club Caravelles.

## Personnels du Club Caravelles

**1. Secrétariat** (*Christine Tremblay* : [secretariat@caravelles.ca](mailto:secretariat@caravelles.ca) 418 641-6151 ext. 1 p. 0)  
**2. Direction** (*Lounès Chergui* : [directeurgeneral@caravelles.ca](mailto:directeurgeneral@caravelles.ca) 641-6301 p. 3374)  
**3. Technique** (*Christophe Blin* : [directeurtechnique@caravelles.ca](mailto:directeurtechnique@caravelles.ca) 641-6301 p. 3373)  
**4. Coordination ligues** (*Christophe Rouy* : [coordonnateurligues@caravelles.ca](mailto:coordonnateurligues@caravelles.ca) 418-641-6151 ext. 1 p. 3)  
Si vous ne recevez pas nos messages courriel, veuillez aviser le secrétariat.

## Sites internet

Le site du Club Caravelles et le site de l'Association régionale de soccer de Québec (ARSQ) sont les sites de référence pour les informations relatives au soccer.

<http://www.caravelles.ca>

<http://www.arsq.qc.ca/>

**Horaire des U-08 et U-10** : [www.caravelles.ca](http://www.caravelles.ca)

[Compétition](#), [Ligue de participation](#) (LCCS), [Horaires](#)

**Horaire U-11** :



<http://www.tsisports.ca/sc/soccer/ligue/index.htm>

