



LIGUE DE FOOTBALL DE MARTINIQUE

Affiliée à :
Fédération Française de Football (FFF)
Caribbean Football Union (CFU)
Confederación Norte, Centro Americana y del Caribe de Fútbol (CONCACAF)



INTERLIGUES OUTRE-MER

ANTILLES GUYANE



Naima ZACHELIN GB MTQ



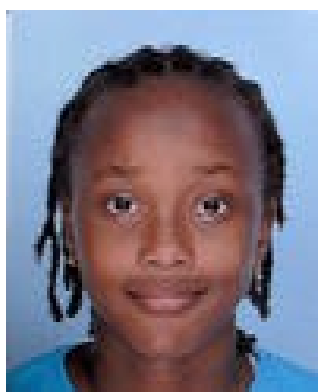
Mayra BEDMINSTER Défenseuse GDP



Malika SAXEMARD Milieu MTQ



Talila SEIKA Latérale GUY



Leilany HIGHT Attaquante GUY

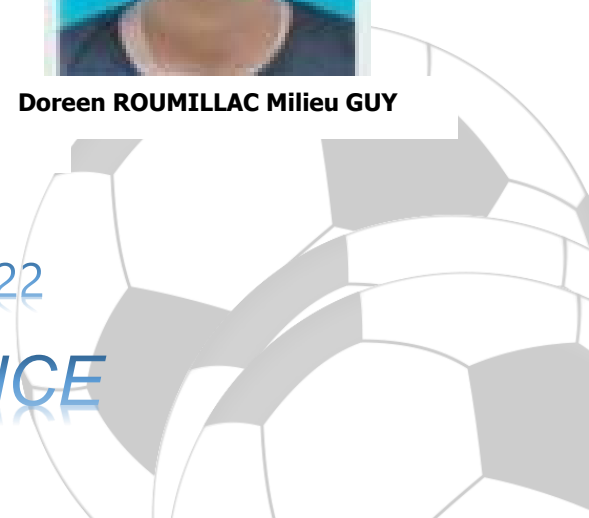


Djimila QUILLIN Attaquante GDP



Doreen ROUMILLAC Milieu GUY

Du 25 AU 2 DECEMBRE 2022
Clairefontaine - FRANCE



SOMMAIRE

❖ 1. DEPLACEMENT

– *Délégation officielle* *Page 2*

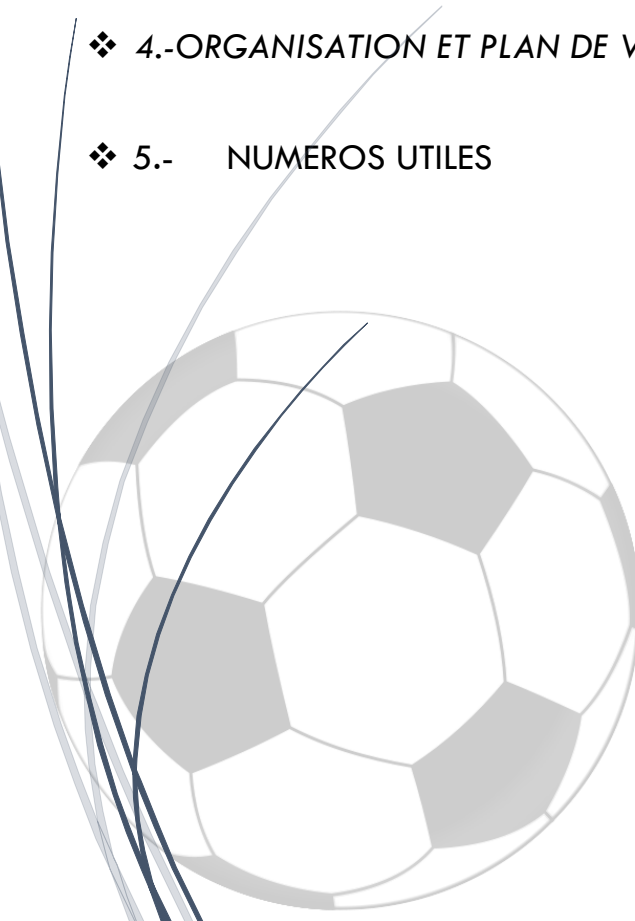
– *Programme du déplacement* *Page 3*

❖ 2.-MATERIEL FOURNI PAR LA LFM *Page 4*

❖ 3.-MATERIEL A PREVOIR *Page 5*

❖ 4.-ORGANISATION ET PLAN DE VOL *Page 6*

❖ 5.- NUMEROS UTILES *Page 7*



ENCADREMENT : PROFILS FEMININS ANTILLO-GUYANAIS : U15F (nées en 2008)

Charlaine

MARIE-JEANNE

CTR DAP MARTINIQUE/PPF FEMININ

JOUEUSES

N°	NOM	PRENOM	CLUB	POSTES	LIGUE
	ZACHELIN	Naïma	SC LAMENTINOIS	Gardiennne de but	MARTINIQUE
2	SAXEMARD	Malika	RAPID CLUB	Milieu Défensif	MARTINIQUE
3	BEDMINSTER	Mayra	ARSENAL DE PETIT BOURG	Défenseure centrale	GUADELOUPE
4	QUILLIN	Djimila	SPORTING	Attaquante/Milieu	GUADELOUPE
5	HIGHT	Leilany	LOYOLA OC	Attaquante	GUYANE
6	ROUMILLAC	Doreen	ASC SOULA	Milieu	GUYANE
7	SEIKA	Talila	LOYOLA OC	Latérale/Attaquante G	GUYANE

PROGRAMME DU DEPLACEMENT : CLAIREFONTAINE

Samedi 26	Dimanche 27	Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 1
Arrivée - Installation - Récupération	Présentation Attentes - Projet de jeu - Enjeux	Retour vidéo sur journée de dimanche	Retour vidéo sur match	Retour vidéo sur match	Retour vidéo sur match
	Mise en place équipe / Lignes/ Duos/ Attentes individuelles Spé gardiennes Chaque membre du staff concerné	Idem dimanche Remédiations Mise en place équipe / Lignes/ Duos/ Attentes individuelles Spé gardiennes	Préparation du match Spé gardiennes	Séance remédiation	Séance avec Entraîneur national
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
Sieste joueuses - Réunion Staff	Repos et Vidéo Montage Maxime)	Préparation Opposition 1	Match contre U 16 Paris fc	Match contre U 15 PSG	Repos Bilan du rassemblement
Regroupement- Visite du site avec les joueuses (Présentation individuelle)	Attaque-Défense/ Oppositions	Entraînement			Départ aéroport
Repas	Repas	Repas	Repas	Repas	Vol retour
France Danemark	Retour sur A Midi Bilan journée Soins Power point de présentation des territoires	Retour sur le match Soins	Retour sur le match Soins	Tunisie-France Soins	
Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	

Programme Action U15F au CNF

29/11 au 01/12

	Mardi 29 Novembre	Mercredi 30 Novembre	Jeudi 1er Décembre
Matin	Petit-Déjeuner (07H45) Ouverture (09h)	Petit-déjeuner (08H15)	Petit-déjeuner (07H30)
	Séance (dont spécifique GDB) : 09H45 1 terrain Repas : 11H45	Vidéo : 09H30 Soins (11H30) Repas (11H45)	Séance Entraîneur National (9H30) Sélection Outre-Mer 1 terrain Soins (11H) Repas (12H)
Après-midi	Causerie 13H45 Opposition (15h) 2x40' Sélection Outre-Mer VS U16F Paris FC (Rencontre à filmer) 1 terrain + Echauffement synthé	Opposition (14h30) 2x40' Sélection Outre-Mer VS U15F Paris SG (rencontre à filmer) 1 terrain + Echauffement synthé	Clôture (13H30) Départs ou Retour vidéo
	Soins et récupération joueuses (17H30) Debriefing salle techniciens (17H30)	Retransmission France/Tunisie (CDM -16h) Soins et récupération joueuses (18H45) Debriefing salle techniciens (18H)	
	Dîner (19H15)	Dîner (19H15)	

MATERIEL FOURNI PAR LA LIGUE DE MARTINIQUE

1 Tenue bleue de match Nike : Maillot Short bas

1 Tenue blanche de match Nike : Maillot Short bas

1.Tenue verte de match Nike : Maillot Short bas

1.Maillot bleu manches longues

2 Tee shirts Blancs

2 Tee shirts Bleus

1 Survêtement Complet

1.Sweet à capuche bleu marine

1 Coupe-vent

1 Short Noir Détente

2 Shorts bleus Détente

1.Parka

1 Tenue d'entrainement Orange

1 Maillot + 1 Short + bas

1 Polo LFM blanc

1 Polo LFM bleu

1 Sac à Dos

3.Echarpes

1 Sac de Voyage

MATERIEL A PREVOIR

2 Paires de chaussures de foot :

- 2 moulées

1 Paire de Basket

1 Paire de protèges tibias **réglementaires**

1 Paire de chevillères rembourrées

1.Maillot de corps

1.Paire de Gants

1.Collant

1.Bonnet

1.Maillot de bain

1 Trousse de toilette personnelle (brosse à dent, dentifrice...)

1 Anti-Moustiques

ORGANISATION ET PLAN DE VOL



Vendredi 25 novembre 2022

- **Rendez-vous 16h : Aéroport Aimée Césaire Fort de France Le Lamentin**
- **Jean Bleu - Polo Bleu LFM – Baskets Pull**

- **Passeport ou Carte Nationale d'Identité**

- **VOL AIR CARAIBES TX 511 : Départ 18H25**

- **Arrivée le 26 novembre à : PARIS ORLY 4 : 7H40**

- **HEBERGEMENT INSTITUT NATIONAL DU FOOT
CLAIRFONTAINE**



Vendredi 2 décembre 2022

- **VOL AIR CARAIBES TX 510 : DEPART PARIS ORLY : 12H20**
- **ARRIVEE : 16H05 Aéroport Aimée Césaire Fort de France Le Lamentin**

NUMEROS UTILES / COORDONNEES

LIGUE DE FOOTBALL DE MARTINIQUE

📍 2 Rue St John Perse – Morne Tartenson

97200 FORT DE FRANCE

☎ **05 96 72 89 89**

📠 05 96 63 14 99

@ : secretariatgeneral@liguefootmartinique.fr

DIRECTEUR TECHNIQUE REGIONAL

Monsieur Mario BOCALY

Tel : 0696 11 72 49 / 0696 29 87 70

@ : mbocaly@martinique.fff.fr

CONSEILLERE TECHNIQUE REGIONALE DAP DE MARTINIQUE

Madame Charline MARIE-JEANNE

TEL : 0696 95 10 92

@ : cmariejeanne@martinique.fff.fr

DIRECTEUR TECHNIQUE REGIONAL DE GUYANE

Monsieur Christophe ADAM

Tel : 0694 24 16 41

@ : cadam2@guyane.fff.fr

CONSEILLER TECHNIQUE DEPARTEMENTAL DAP DE GUADELOUPE

Monsieur Cédric MONPIERRE

TEL : 0696 95 10 92

@ : cmonpierre@guadeloupe.fff.fr