



PRÉSENTATION PÔLE ESPOIRS

Aix-en-Provence

**RÉGION
SUD**
PROVENCE
ALPES
CÔTE D'AZUR



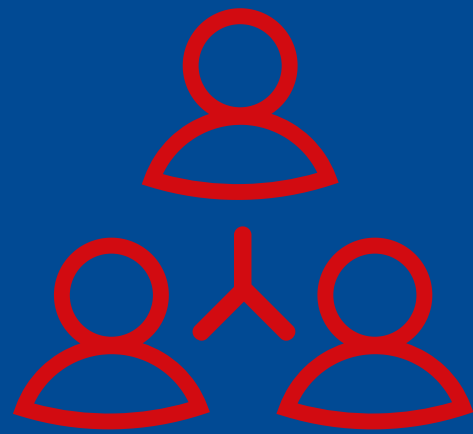
MINISTÈRE
DE LA JEUNESSE,
DES SPORTS
ET DE LA
VIE ASSOCIATIVE

SOMMAIRE

INTRODUCTION



ORGANIGRAMME



DOMAINE SCOLAIRE



DOMAINE SPORTIF



INFRASTRUCTURES



INFORMATIONS DIVERSES



INTRODUCTION

Le Pôle Espoirs est une structure qui dépend de :

- 1. la Fédération Française de Football,**
- 2. la Ligue Méditerranée de Football,**
- 3. le Ministère de la Jeunesse et Sports.**

Elle est subventionnée par ces instances mais aussi par **la Région Sud.**

Le Pôle Espoirs a pour vocation de regrouper les meilleurs potentiels parmi les jeunes footballeurs U14 et U15 durant 2 saisons.

L'objectif est triple :

- 1. Éducatif**
- 2. Scolaire**
- 3. Sportif**



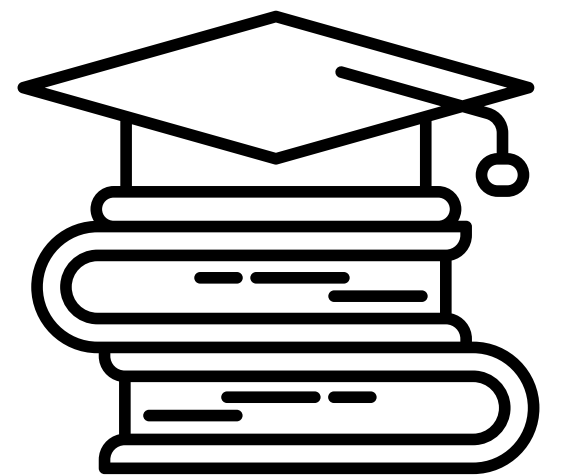
Les joueurs intégrant le Pôle Espoirs peuvent rejoindre un centre de formation de club professionnel à l'issue de leur cursus de 2 ans de préformation. Le Pôle Espoirs prépare le jeune joueur au niveau d'exigence de ces structures.

OBJECTIFS PRIORITAIRES

EDUCATIF : évoluer positivement sur le plan humain . Être un jeune épanoui et respectueux – Image +++ !



SCOLAIRE : Assurer un bilan LE PLUS positif possible au niveau des notes et du comportement .



SPORTIF : participer à un maximum d'entraînement (minimum 90%) et avoir l'envie d'apprendre de façon continue – Appliquer la préparation invisible



CONSTATS

Un élève sportif de haut niveau doit donc absorber beaucoup d'heures de formation sportive et scolaire par saison avec chaque année une obligation de réussite pour se garantir un avenir professionnel.



Généralement, cela passe par différentes phases



Les Pôles Espoirs en France



PÔLE ESPOIRS

Saison 2025 / 2026



Nicolas **DUBOIS**
DTR

06.12.97.05.04
ndubois@mediterranee.fff.fr



Jean-Louis **DISTANTI**
ÉLU RÉFÉRENT

06.10.48.01.04
jldistanti@mediterranee.fff.fr



Laurent **LAUZUN**
DIRECTEUR POLE-ESPOIRS

06.12.64.40.17
llaunuz@mediterranee.fff.fr



Julien **FAUBERT**
ENTRAINEUR ADJOINT

jfaubert@mediterranee.fff.fr

L'ORGANIGRAMME



David **LARSONNIER**
ENTRAINEUR GB

dlarsonnier@yahoo.fr



Robin **RICHEN**
PRÉPARATEUR PHYSIQUE

rreichen@mediterranee.fff.fr



Ange **SANTIAGO**
APPRENTI-PRÉPARATEUR PHYSIQUE

asantiago@mediterranee.fff.fr



Stéphane **MAIZIERES**
RÉFÉRENT SCOLAIRE ET SOCIO-ÉDUCATIF

07.61.69.05.95
smaizieres@mediterranee.fff.fr



Alban **ZIZZO**
ANIMATEUR

azizzo@mediterranee.fff.fr



Yoni **TOBELEM**
MAÎTRE D'INTERNAT

ytobelem@mediterranee.fff.fr



Mahmoud **MOURALI**
MAÎTRE D'INTERNAT

mmourali@mediterranee.fff.fr



Joris **AUJALEU**
KINÉSITHÉRAPEUTE



Laury **BRUNO**
KINÉSITHÉRAPEUTE



Caroline **FANCIULLO**
PSYCHOLOGUE



JULIEN **COMBRIÉ**
PODOLOGUE



Cédric **LAVAUX**
OSTÉOPATHE



Lucas **MALET**
MEDECIN



Attaher **OMER OSMAN**
ANALYSTE VIDEO
attaher.omer.osman@gmail.com

DOMAINE SCOLAIRE



Collège Arc-de-Meyran



Lycée Zola

Emploi du Temps : 8h00 à 14h30

-Répartition des joueurs sur 4 Classes:

- 2 classes de 4^{ème}
- 2 classes de 3^{ème}

Aménagement du temps scolaire, d'étude et de soutien :

Objectifs :

- Dissocier les temps scolaires et sportif
- Bénéficier de créneaux d'entraînement plus importants
- Optimiser le temps des élèves

Les heures d'études au PÔLE ont lieu les :

- Les mercredis et/ou le soir entre 17h30 et 19h00 selon les besoins

Les heures d'études au COLLEGE ont lieu les :

- lundis, mardis, jeudis et Vendredis de 13h30 à 14h30 + soutien spécifique (Matches, Anglais, Français)

SCOLARITÉ

Collaboration directe avec le collège

- Aménagement horaires (EPS)
- Attention, Langues vivantes : LV1: Anglais / LV2: Espagnol (Rattrapage)

Moyens mis en oeuvre pour accompagner les élèves

- Informations quotidiennes dans les 2 sens (Collège-Pôle / Pôle-Collège)
- Accompagnement des décisions du collège
- Heures d'études quotidiennes (collège) - HSE
- Heures de soutien scolaire (Mathématiques, Français, autres)
- Participation aux conseils de classe
- Participation des professeurs principaux aux réunions « bilan » Pôle















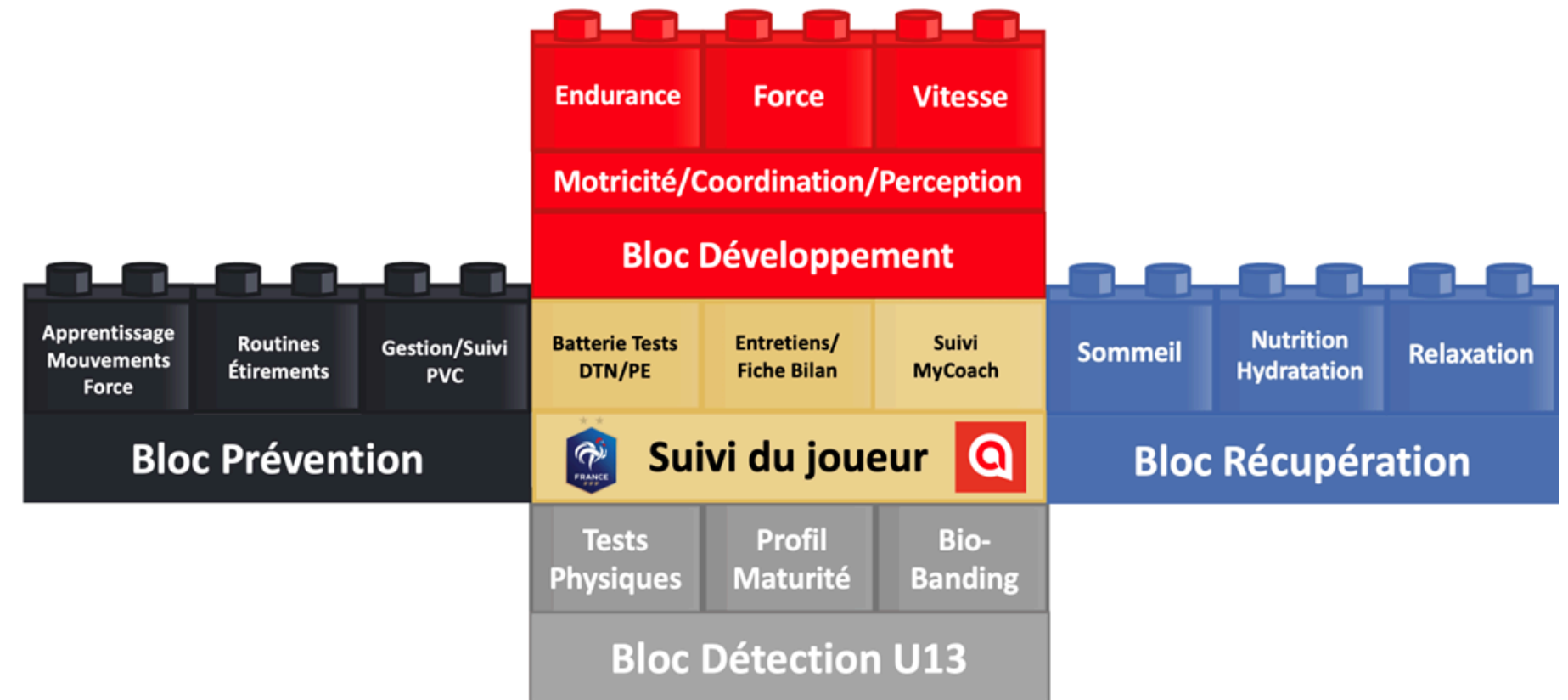
EMPLOI DU TEMPS

	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
6h						
7h		PETIT DEJEUNER PUIS TEMPS DE PRÉPARATION ET DE RANGEMENT				
8h		TRAJET ACCOMPAGNÉ VERS LE COLLÈGE A PIEDS / OU MINIBUS				
9h		COURS	COURS	COURS	COURS	COURS
10h						
11h						
12h						
13h		REPAS AU COLLÈGE		REPAS AU CREPS	REPAS AU COLLÈGE	
14h		COURS / ÉTUDES	COURS / ÉTUDES	COURS / ÉTUDES	COURS / ÉTUDES	COURS / ÉTUDES
15h		Entraînement Prévention Réathlétisation Soins Études	Entraînement Prévention Réathlétisation Soins Études	Entraînement Prévention Réathlétisation Soins Études	Entraînement Prévention Réathlétisation Soins Études	Entraînement Réathlétisation Soins
16h						RETOUR FAMILLES
17h						
18h						
19h	ACCUEIL					
20h	REPAS AU CREPS	REPAS AU CREPS				
21h	TEMPS LIBRE / UTILISATION DES TÉLÉPHONES AUTORISÉS					
22h	RETOUR DANS LES CHAMBRES / EXTINCTION DES FEUX					

17h30 à 19h00
« SAS » de
décompression

DOMAINE SPORTIF

L	M	Me	J	V	
FIL CONDUCTEUR PRÉ-ÉCHAUFFEMENT					
15'	15'	15'	15'	15'	
					
Tennis-Ballon 1vs1/2vs2	Routine individuelle prévention	Technique Individuelle 1 ballon par joueur	Routine individuelle prévention	Toro 4vs1/6vs2	
					
-Utiliser lignes/rond cent. -1 rebond/1 touche max -3 passes max par équipe -Set en 7 points -2 sets gagnants Être dynamique, combiner, anticiper, chercher à gagner, varier les adversaires	1. Autmassage libres 2. Mobilité individuelle 3. Renfo individuelle	-Jeu court vs mur/planche -1 touche/2 touches -Pied D/Pied G ou -Jonglerie Pied D/Pied G -Varier les surfaces Se challenger	1. Autmassage libres 2. Mobilité individuelle 3. Renfo individuelle	-2 touches max -2 touches obligatoires -1 touche max -Organisation solo/duo Être dynamique sur les côtés, cacher, feinter, orienter les premières touches	
					1. Équipement perso 2. Faire ses lacets 3. Remplir sa gourde 4. Mettre son GPS 5. Pré-échauffement
					
					Séance du jour

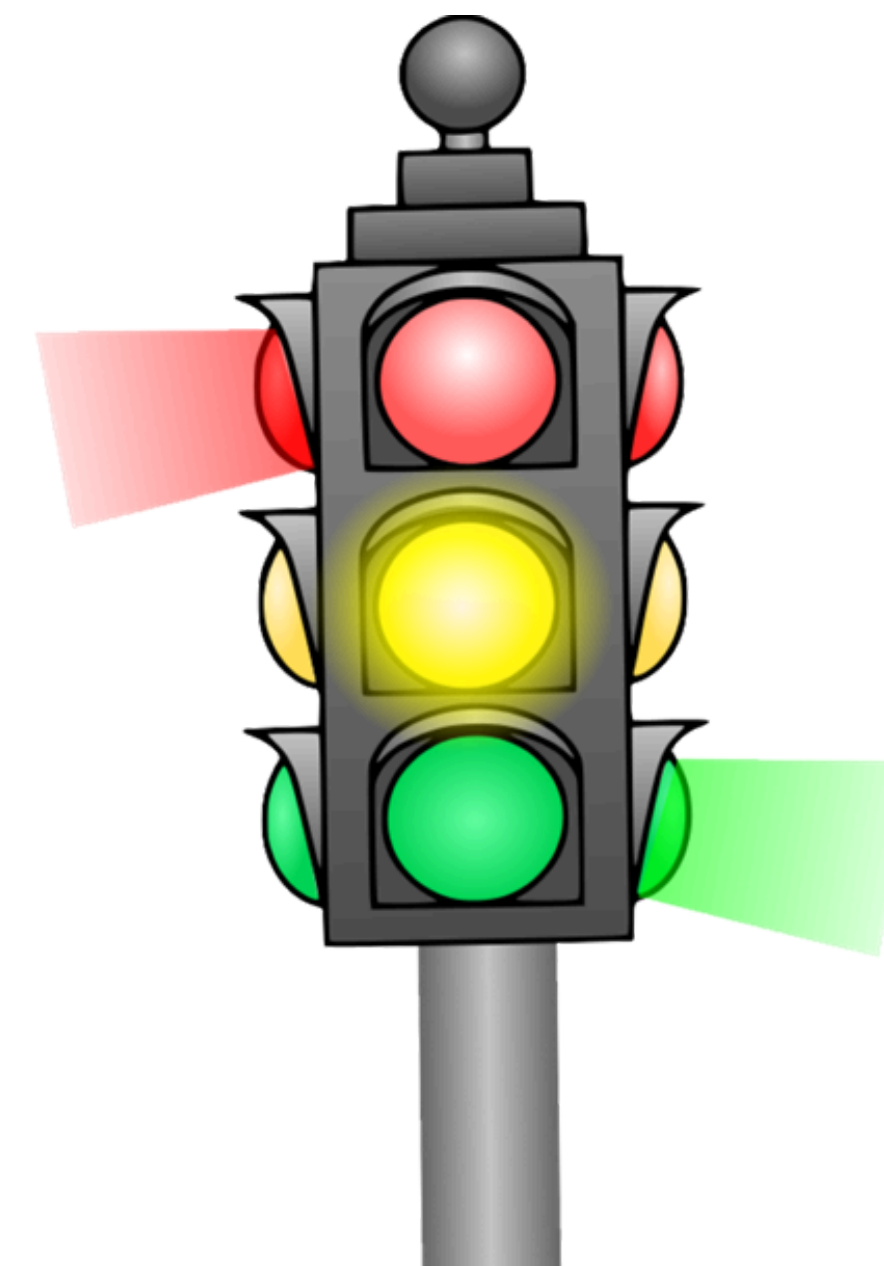
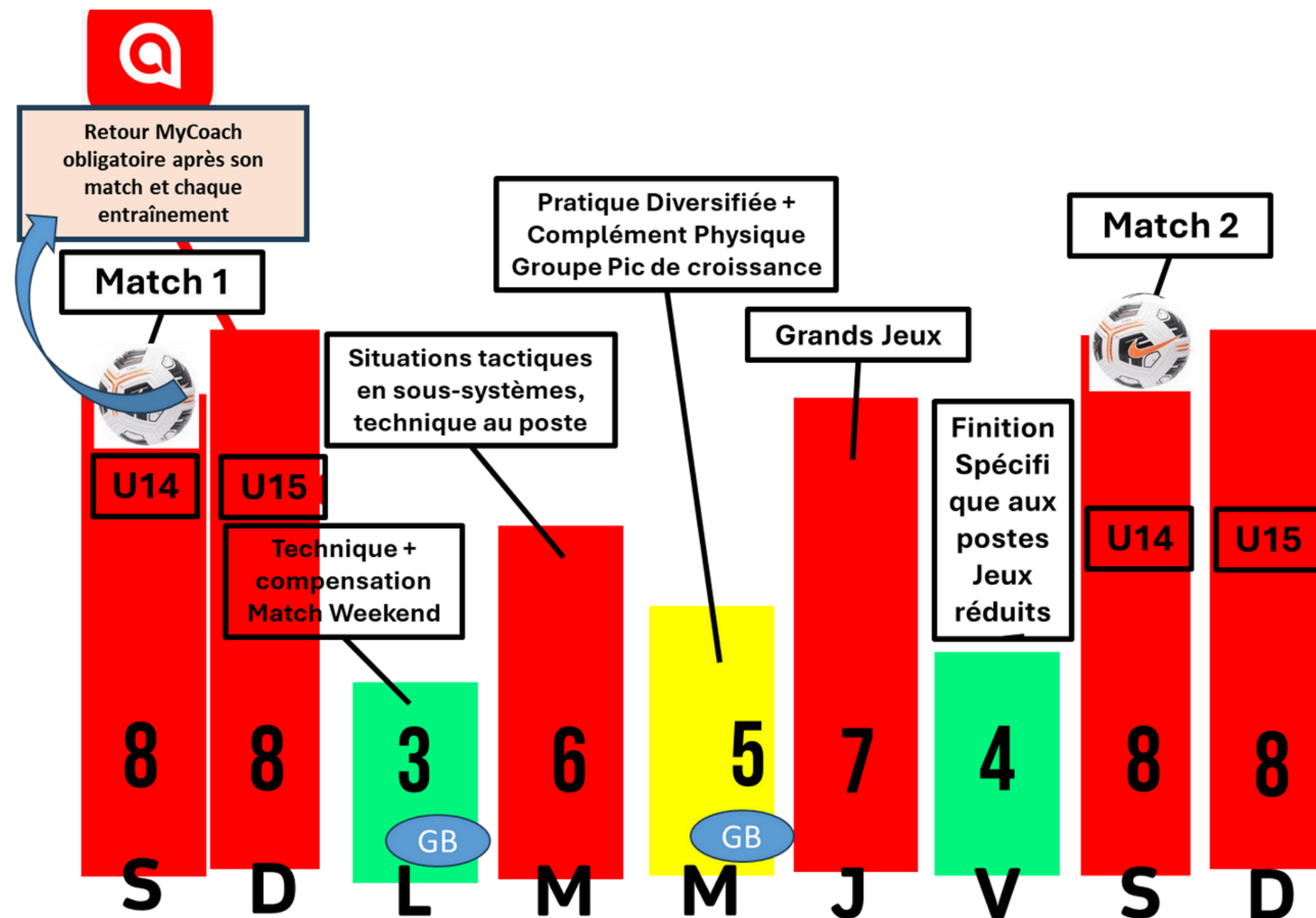


Théorie +
Pratique

DISPOSITIF DE PRÉPARATION PHYSIQUE

Atteindre 90% de présence aux entraînements

PLANIFICATION SEMAINE TYPE



Groupes : Par génération, maturité, postes, besoins spécifiques

LES INFRASTRUCTURES

CREPS



Utilisation des infrastructures:
1 salle de parquet/1 terrain de Beach



**Service de
Restauration**



LES INFRASTRUCTURES

La ville d'AIX



Autonomie au niveau des transports
Possibilités multipliées (sorties, matchs, groupes d'entraînements sur des sites différents)

Utilisation des infrastructures de Luynes
(2 terrains synthétiques, 1 terrain en herbe).
Convention avec la ville



INFORMATIONS DIVERSES

Médical

Présence du Docteur (médecin sportif) 2 fois par semaine.

En début de saison, des entretiens médicaux et psychologiques sont réalisés par :

-Le médecin du Pôle Espoirs / La psychologue du Pôle Espoirs

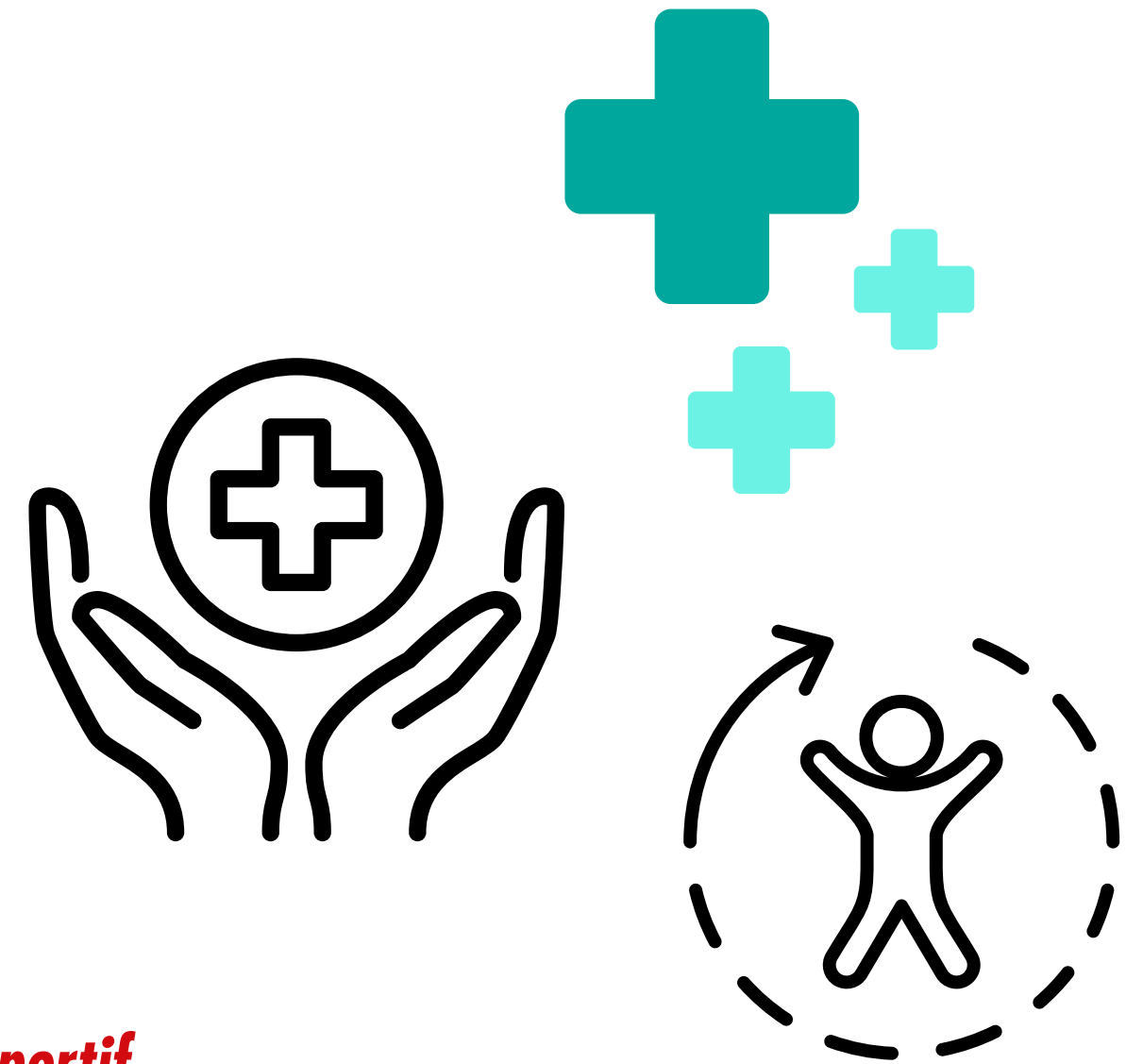
Présence des kinés les lundis, mardis, mercredis, jeudis et vendredis

Présence d'un ostéopathe posturologue 1 fois par mois + Podologue 1 fois par mois

Un travail de prévention est également mis en place pour l'ensemble des joueurs.

La reprise de l'entraînement est décidée de façon collégiale par les staffs : médical et sportif.

Les joueurs reprennent par une (des) séance(s) de réathlétisation après leur absence (blessure, maladie, absence, présence à l'infirmerie, ...)



INFORMATIONS DIVERSES

Relation clubs

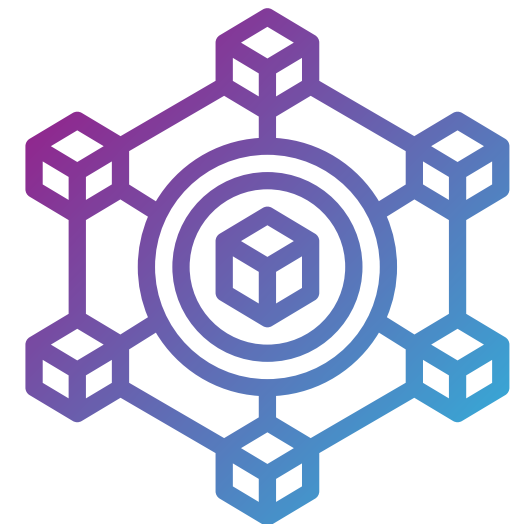
Les joueurs **ne doivent pas s'entraîner en club** lorsqu'ils effectuent une semaine complète au pôle.

Pas d'entraînement le Vendredi soir notamment (directives FFF)



Chaque semaine, un bilan est établi par le staff du Pôle Espoirs **pour chaque joueur** et communiqué à chaque éducateur pour faciliter la communication **(Mail coach)**

Par ailleurs en cas de maladie ou blessure, le bilan est également adressé aux familles.



RETOURS WEEK-ENDS

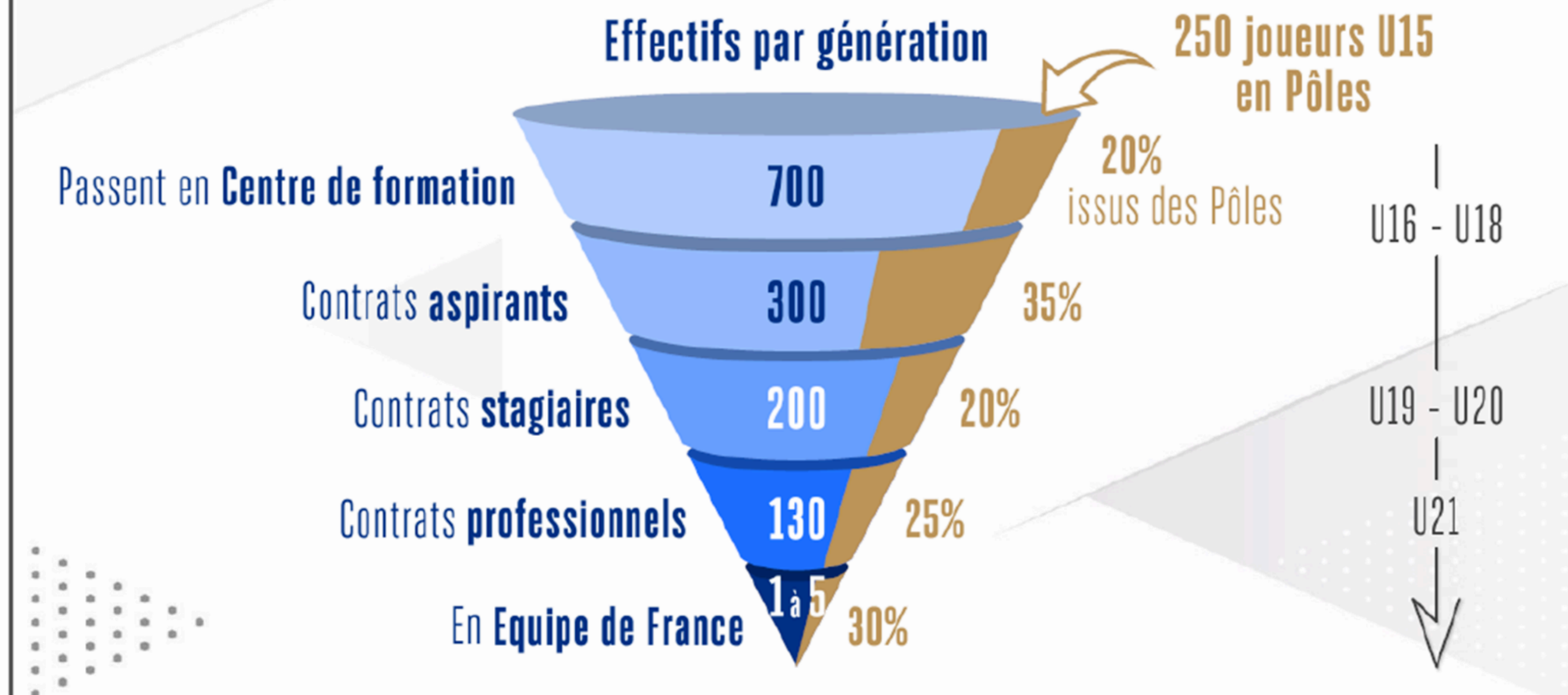
Chaque week-end, les joueurs rentrent à leur domicile.

Les départs s'effectuent **le vendredi après la séance de l'après-midi (entre 17h30 et 18h00)**

Les joueurs reviennent au **Pôle le dimanche entre 19h00 et 21h00** (repas pris au CREPS ou non).

STATISTIQUES FFF

FORTE CONTRIBUTION DES PÔLES À TOUS LES NIVEAUX



JOUEURS PROFESSIONNELS

Quelques joueurs professionnels ayant grandi au Pôle d'Aix



Nampalys MENDY



Layvin KURZAWA



Bryan DABO



Kévin NDORAM



Julien LOPEZ



Bilal BENKHEDIM



Adilson MALANDA



Clément VIDAL



Thibaut VARGAS



Akim ZEDADKA

JOUEURS PROFESSIONNELS

Quelques joueurs professionnels ayant grandi au Pôle d'Aix



Teddy BOULHENDI



Antoine MENDY



Eliesse BEN SEGHIR



Saimon BOUABRE



M.Amine BOUCHENNA



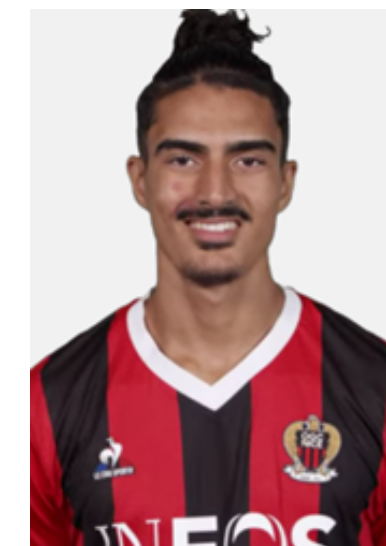
Théo PELLENARD



Loris FAURIEL



Jordan ROBINAUD



Ayoub AMRAOUI



Jebryl SAHROUI

JOUEURS PROFESSIONNELS

Quelques joueurs professionnels ayant grandi au Pôle d'Aix



Fares BOUSNINA



Yanis SELLAMI



Théo CHENNAHI



Andréa LEBORGNE

INFORMATIONS ET CONTACTS

Le Service Technique :

Numéro de téléphone : 04 42 90 17 92

Mail : technique@mediterranee.fff.fr

Le Secrétariat de la Ligue Méditerranée :

04 42 90 17 80

Le Siège de la Ligue Méditerranée :

Europole de l'Arbois - 390 Rue Denis Papin - 13592 Aix-en-Provence