



# PROGRAMME INTÉRIEUR

2021-2022

Dirigé par l'équipe technique du Club



## TABLE DES MATIÈRES

1. Informations générales
2. Académie U5-U7
3. Académie garçons U8
4. Académie garçons U9-U11
5. Académie filles U8-U10
6. Académie filles U11
7. Centre de formation féminin U12-U13
8. Centre de formation féminin U14-U16
9. Centre de formation masculin régional U12-U17
10. Centre de formation masculin provincial U12
11. Centre de formation masculin provincial U13
12. Centre de formation masculin provincial U14-U15
13. Ligues intérieures
14. Section PLSQ+
15. RESTONS EN CONTACT

### CATÉGORIES 2021

U05 (nés.es en 2016)  
U06 (nés.es en 2015)  
U07 (nés.es en 2014)  
U08 (nés.es en 2013)  
U09 (nés.es en 2012)  
U10 (nés.es en 2011)  
U11 (nés.es en 2010)  
U12 (nés.es en 2009)  
U13 (nés.es en 2008)  
U14 (nés.es en 2007)  
U15 (nés.es en 2006)  
U16 (nés.es en 2005)  
U17 (nés.es en 2004)  
U18 (nés.es en 2003)

# INFORMATIONS GÉNÉRALES

Ce document présente les informations pour la intérieure au CS MRO qui débutera formellement le 1er novembre.

Plusieurs informations y ont été mise à jour. Grâce à l'obtention de confirmation sur les différents lieux d'entraînement, les horaires ont pu être majorés (2e séance pour la très grande majorité des groupes) et améliorés (proximité, horaire plus adéquat, voire espace mieux adapté).

Les calendriers par groupe ainsi que les adresses de chaque site d'entraînement seront publiés sur notre site web.

[Les inscriptions sont ouvertes et se font en ligne.](#)

version du 28 oct. 2021

p.1

**DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021**

*horaires sujet à changement*

## Académie 2021-2022 : U5 - U7

- filles et garçons, né.es 2014-2016
- dimanche à Brébeuf de 8h à 9h30



7 nov.	9 janv.
14 nov.	16 janv.
21 nov.	23 janv.
28 nov.	30 janv.
5 déc.	6 févr.
12 déc.	13 févr.
	20 févr.



NIVEAU 2 • QUÉBEC • PROVINCIAL

**CATÉGORIES 2021**

p.2

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021



horaires sujet à changement

## Académie 2021-2022 : Garçons U8 (2013)

- séance 1
  - lundi de 18h à 19h30h au CEA d'Outremont
- séance 2
  - vendredi de 17h à 18h au "Soccer 5"



CATÉGORIES 2021

p.3

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021



horaires sujet à changement

## Académie 2021-2022 : Garçons U9-U10-U11

Nés 2010-2012

- séance 1
  - dimanche de 8h à 9h30 au SoccerPlexe Lachine
- séance 2
  - U9 : mardi de 18h à 19h à Vanguard
  - U10 : mardi de 18h à 19h à Vanguard
  - U11 : jeudi de 18h à 19h30 au CEA d'Outremont
- séance 3 (par rotation)
  - **ligue à l'ARS Concordia**



CATÉGORIES 2021

p.4

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021

## Académie 2021-2022 : Filles U8 - U9 - U10



horaires sujet à changement

Nées 2011-2013

- séance 1
  - mercredi de 18h30 à 19h30
  - Le Rinque
  - développement *futsal*
- séance 2 (par rotation)
  - **ligue à l'ARS Concordia (U10 D2)**



### STAFF

Ludovic, Laurent et adjointe(s) à confirmer



CATÉGORIES 2021

p.5

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021

## Académie 2021-2022 : Filles U11 (2010)



horaires sujet à changement

- séance 1
  - mardi à Ministry de 18h à 19h30
- séance 2
  - jeudi à St-Laurent de 19h à 20h30
- séance 3
  - **ligue à l'ARS Concordia**

### STAFF

Damien, Laurent et adjointe(s) à confirmer



CATÉGORIES 2021

p.6

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021



horaires sujet à changement

## Centre de formation féminin : U12-U13

Nées en 2008-2009 : Regrouper tous les groupes pour mettre l'accent sur le développement individuel des joueuses

- lundi de 19h15 à 20h45 à Pierre-Laporte
- jeudi de 19h à 20h30 à Saint-Laurent
- **MATCHS**
  - ligue à l'ARS Concordia (U12)
  - **matchs à onze à la Rive-Sud (U13)\***

\* joueuses U12 aussi éligibles pour ces matchs

### STAFF

- Joël
- Hugo
- Ted
- et adjoints-es à confirmer



CATÉGORIES 2021

p.7

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021



horaires sujet à changement

## Centre de formation féminin : U14 à U16

U14 (2007)

- lundi de 19h15 à 20h45 à Pierre-Laporte
- jeudi de 20h à 21h30 à Saint-Laurent
- **ligue à l'ARS Concordia (U14)**

U15-U16 (2006-2005)

- jeudi de 20h à 21h30 à Saint-Laurent
- **ligue à l'ARS Concordia (U16)**

### STAFF

- Daniel
- Mak
- et adjoints-es à confirmer



\* accueil possible des filles nées en 2004 (U17)



CATÉGORIES 2021

p.8

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021

horaires sujet à changement

## Centre de formation régional masculin

### U12 à U14 (2007-2009)

- 1 séance par semaine
- développement *futsal*
- vendredi de 19h30 à 21h au CEA d'Outremont

### U15-U16-U17 (2004-2006)

- 2 séances par semaine
- mercredi de 20h à 21h au CDL (synthétique 7 contre 7)
- **ligue à l'ARS Concordia (U18)**



CATÉGORIES 2021

p.9

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021

horaires sujet à changement

## Centre de formation provincial : U12 M (2009)

- séance 1 :
  - groupe A : jeudi 18h à 19h30 au CEA d'Outremont
  - groupe B : jeudi de 18h à 19h à Saint-Laurent
- séance 2 : vendredi de 19h30 à 21h à Vanguard
- séance 3 (par rotation) : **ligue à l'ARS Concordia**



### STAFF

- Abraham
- Sami
- et plus à confirmer



CATÉGORIES 2021

p.10

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021

horaires sujet à changement

## Centre de formation provincial : U13 M (2008)

- S1 : jeudi de 18h à 19h à Saint-Laurent
- S2 : vendredi de 19h30 à 21h à Vanguard
- S3 (par rotation)
  - ligue à l'ARS Concordia (U12 et U13)
  - matchs à onze à la Rive-Sud (U13)

### STAFF

- Georges-Éric
- Santiago
- Julien



CATÉGORIES 2021

p.11

DÉBUT : LE 1er NOVEMBRE 2021

horaires sujet à changement

## Centre de formation provincial : U14-U15 M

Nés en 2006-2007

- séance 1 :
  - U15 : lundi de 19h30 à 21h au CEA d'Outremont
  - U14 : mardi de 19h à 20h30 à Vanguard
- séance 2 :
  - U15 : jeudi de 20h30 à 22h à Saint-Laurent
  - U14 : dimanche de 8h30 à 10h au SoccerPlexe Lachine
- matchs à venir

### STAFF

- Sid
- Sid
- Kéké
- Alex
- et plus à confirmer



CATÉGORIES 2021

p.12

# LIGUES INTÉRIEURES 2021-2022

cliquez sur l'image de votre ligue pour y trouver le calendrier



LIGUE DE SOCCER CONCORDIA

spordle



LIGUE SOCCER RÉGIONALE  
RIVE - SUD



p.13

## SECTION - PLSQ<sup>+</sup>

CHAMPIONS 2021



- PLSQ-F
  - annonce du staff au début novembre
  - séances d'entraînement / essais extérieurs entre le 1er et 21 novembre
  - pré-inscription requise
  - reprise officielle en janvier
- PLSQ-M & Réserve
  - séances d'entraînement / essais extérieurs entre le 1er et 21 novembre
  - pré-inscription requise
  - reprise officielle en janvier
- U21 M AAA (LSEQ)
  - séances d'entraînement / essais intérieurs à partir de janvier : dates à venir



p.14

# RESTONS EN CONTACT

<https://www.instagram.com/csmrogriffons/>



<https://www.instagram.com/csmroplsq/?hl=fr-ca>

<https://www.facebook.com/csmrosoccer/>



<https://twitter.com/csmrogriffons?lang=fr>



999, avenue McEachran, bureau 133  
Outremont (Québec)  
H2V 3E6

1-514-495-7473  
info@csmro.ca



NIVEAU 2 • QUÉBEC • PROVINCIAL