

NOS REGLES :

a) 2 entraînements hebdo : mardi 18h30 – 20h15 et vendredi 19h-21h (horaires présence vestiaires)

si absence : compenser par footings perso,*

b) convocations : elles seront affichées à l'entraînement du vendredi et sur le site de l'OHM (taper: ohm football dans Google) le vendredi soir après 23h ou le samedi avant midi,

pour toute absence exceptionnelle ou tout problème (maladie, blessure..) : me prévenir au plus tard pour le jeudi 17h *

c) matchs *: *présence vestiaires à 14h,*

si retard exceptionnel prévenir, si retard non averti = modif de la feuille de match.

si absence à l'heure de départ à l'extérieur, le joueur concerné doit se rendre seul par ses propres moyens au stade du club adverse.

Eviter la cigarette dans l'enceinte du stade avant le match,

d) présence maximale en championnat : pas d'excuses repas, anniv, ou autre du genre*

e) concurrence et turnover : A B U19 *

f) temps de jeu minimal : ½ heure, (en général 1 heure)*

g) vie de groupe participative et autogestion :*

–rangement des maillots, shorts, ballons d'après match (tour de rôle)

–rangement soigné du matériel d'après entraînement

–animations :buvette d'entraînement, anniv, convivialité...

quelques mots-clés : *

*respect mutuel ; honnêteté ; patience et tolérance ; positivité; savoir se parler
plaisir et échange*

justice et égalité

ambition , hargne , « s'arracher », envie , virilité , fighting spirit et fair-play

humilité et bonne humeur plutôt que susceptibilité et suffisance !

concentration, bonne humeur, travail, souffrance et plaisir !

gagner, gagner et gagner

ceci n'est qu'un contrat moral réciproque entre un entraîneur orgueilleux et des joueurs ambitieux !

A chacun d'en faire ce qu'il en veut ! Au plaisir !!!