

Bienvenue !



Larry LEGAULT
Directeur de l'**EFAJA**

Chers amis,

C'est avec grand plaisir que nous préparons déjà la douzième édition de l'École de Football Américain Junior des Alpes (EFAJA). Comme les années précédentes, nous vous proposons deux sections en parallèle pour optimiser l'encadrement et l'enseignement. Notre objectif principal reste le développement des techniques de base à toutes les positions ainsi que l'initiation des jeunes aux tactiques du Football américain à onze.

Chaque participant évoluera à un poste offensif et défensif et profitera de deux entraînements quotidiens sous la supervision d'une équipe d'entraîneurs expérimentés.

Depuis onze ans, des jeunes venus des quatre coins de la France ainsi que de pays voisins ont bénéficié de notre instruction de première qualité.

Le complexe sportif Joseph Moynat de Thonon les Bains, un site déjà sélectionné à plusieurs reprises pour accueillir nos équipes nationales en stage, est doté d'un terrain synthétique dernière génération dédié au Football Américain, d'un terrain d'entraînement en herbe, d'une salle de musculation, de deux gymnases, et d'un terrain d'honneur - tout cela à seulement deux pas du centre d'hébergement. Ce cadre est parfaitement adapté aux besoins variés de notre sport.

Nous vous invitons donc à nous rejoindre dans le cœur des Alpes pour une expérience sportive inoubliable !

A très bientôt.

Larry LEGAULT
Directeur **EFAJA**

Nouveau

Profitez de l'**inscription** en ligne
sur notre site Internet :

www.lirrafa.org

Préparez-vous pour votre championnat !!!

Première École de Football Américain en France :

École de Foot, agréée par la FFFA.

Ouverte à tous les joueurs entre 13 et 15 ans (2003 - 2001) et 16 à 18 ans (2000-1998), débutants comme confirmés.

Les ateliers et oppositions se font selon l'âge, l'expérience et les capacités physiques.

Attention, le poste de Quart-Arrière (QB) 16-18 ans est soumis à des testes d'aptitude en début de semaine.

La licence Foot US est obligatoire, tout stagiaire doit présenter une licence club valide 2015-2016 lors de son arrivée.

Dans le cas contraire, une licence découverte doit être prise à l'inscription, celle-ci nécessite pour être délivrée, d'un paiement de 15€ et d'un certificat médical, de moins de 3 mois.

Programme type pour tous les niveaux :

- Deux entraînements journaliers (matin et après-midi).
- Apprentissage de deux positions (attaque et défense).
- Développement des techniques de base par des exercices systématiques et des pratiques contrôlées.
- Exercices d'agilité et de course, initiation à la musculation.
- Instruction de spécialités (longue remise, coup de pied).
- Exercices éducatifs de passes en soirée.

Le stage EFAJA 2015 :

- Enregistrement : Dimanche 21 Août de 12h à 14h.
- Début des entraînements Dimanche 21 Août à 15h.
- Match d'entraînement le vendredi 26 Août de 10h à 12h.
- Fin du stage vendredi 26 Août à 14h.

Pour plus d'informations n'hésitez pas à envoyer un e-mail à :

vie-sportive@lirrafa.org

Coût & financement de votre stage

- **210 €** le stage en externat.
- **315 €** le stage en demi-pension.
- **410 €** le stage en pension complète.

Offre Clubs * :

Pour 4 inscriptions, la 5ème ne coûte que 50 % du prix.
* Offre valable uniquement pour les inscriptions groupées d'un club.



ÉCOLE DE FOOTBALL AMÉRICAIN JUNIOR DES ALPES

21 AU 26 AOÛT 2016

Deux camps en un 13 à 15 ans / 16 à 18 ans



EFAJA : Une école de football unique en France !



Ne pas jeter sur la voie publique. Photos non contractuelles. Sauf erreurs typographiques.



Rhône-Alpes



École agréée



Formulaire d'inscription

Inscription en Ligne : www.lirrafa.org

Choisissez 1 poste Offensif et 1 poste Défensif

Postes Offensifs

- Ligne Offensive (OL)
- Porteur de Balle (RB)
- Receveur Éloigné (WR)
- Receveur Rapproché (TE)
- Quart-Arrière (QB) 13-15 ans
- Quart-Arrière (QB) 16-18 ans - Ne pas choisir de position défensive.

Postes Défensifs

- Ligne Défensive (DL)
- Secondeur (LB)
- Demi défensif (DB)

Nom du stagiaire

Date de naissance Club

Tél. N° Licence FFFA 2015-2016 *

Adresse

Email

Nom des parents Tél. parents

Inscription

- Externe (Stage uniquement) 210 €
- Demi Pension (stage + repas) 315 €
- Interne Chambre triple 75 places (Stage + hébergement + repas) 410 €
- Interne Chambre double 40 places (Stage + hébergement + repas) 430 €

Options

- Location d'équipement (Casque, épaulière) 45 €
- Taille casque Taille épaulière
- Licence Foot US Découverte 15 €
*Uniquement pour les joueurs n'ayant pas de licence FFFA 2015-2016.
Obligation de présenter un certificat médical (Football Américain) de moins de 3 mois.*
- Practice Pack (Short, T-shirt, Practice jersey) 50 €
- Taille Short Taille T-shirt Couleur Practice jersey **BLEU** ou **BLANC**
- TOTAL à payer :

- acompte de 200 € obligatoire à l'inscription.
- Solde au 31/07/2016.

- Règlement par chèque à l'ordre de : LIRRAFA
À renvoyer à : LIRRAFA
56 avenue du Général de Gaulle
74200 - Thonon les Bains

- Règlement par virement bancaire (Indiquez EFAJA + nom du stagiaire).

Virement bancaire : CCM Chablais

Banque10278 - Guichet 02409 - Compte 00023979847 - Clé 38
International IBAN - FR76 1027 8024 0900 0239 7984 738 / BIC CNCIFR2A

Frais d'annulation :

- Plus de 30 j avant début du stage, retenue de 10% de l'acompte sera conservée.
- Entre 30 -15 j avant le début du stage le montant total de l'acompte sera conservé.
- Entre 15 jours et le début du stage le montant total du stage sera conservée.

*Licence fédérale obligatoire. En cas d'absence de licence, voir options d'inscription.



Votre séjour

Résidence tout confort à l'IBIS Budget de Thonon les Bains, directement sur place au centre sportif et récréatif de la Grangette.



Trois repas par jours servis sur place par notre traiteur.



Surveillance 24/24 H.

Accès SNCF Gare de Thonon les Bains.
+ Navette EFAJA jusqu'aux infrastructures.



Encadrement exceptionnel

- ✓ **10 ans d'expérience** en camp de Foot us
- ✓ **1 coach pour 8 joueurs**



Sur place

Service de snack/boissons fraîches disponibles en dehors des heures de repas (contre supplément).

Location casque et épaulière sur réservation.

(Prévoir protections de jambes, protège dents, pantalons d'entraînement...)

Matériel spécifique Foot US en vente, Shorts et Practice Jersey importés.
(Sur réservation).



En extra pour l'EFAJA

NFL Draft Tests.

(40yards, T-Test, saut vertical/horizontal,...)

Un sac à dos Offert
et une photo d'équipe
pour chaque participant.

