

PROJET EDUCATIF FEDERAL : COMMENT FAIRE SON SAC ?



- Une tenue de football complète : maillot, short, chaussettes et protège tibias (obligatoire)
- Des chaussures de football à ma pointure et adaptées au terrain
- Des vêtements adaptés à la météo : survêtement (haut et bas), vêtement de pluie, casquette ou gants et bonnet pour le froid
- De quoi boire et manger : gourde d'eau et gouter
- De quoi me laver : gel douche, claquettes et serviette
- De quoi me changer : des habits propres, slip (ou caleçon) de rechange
- De quoi ranger les affaires sales ou mouillées : sac en plastique
- Je prépare mon sac la veille de mon entrainement ou match



**Que doit contenir
mon sac de
FOOT ?**