



OFFRE DE SERVICE

PROGRAMMES - ÉTÉ 2026



HSC

CLUB DE SOCCER DE LA HAUTE-SAINT-CHARLES



DÉCOUVREZ LES PROGRAMMES DU CLUB DE SOCCER DE LA HAUTE-SAINT-CHARLES

Un environnement dynamique pour jouer, progresser... et s'épanouir tout l'été !

La saison estivale est l'occasion idéale pour nos jeunes de bouger à l'extérieur, de perfectionner leurs habiletés et de nourrir leur passion pour le soccer dans un cadre actif et stimulant. Au Club de Soccer de la Haute-Saint-Charles, nous proposons un programme estival structuré, motivant et adapté à chaque groupe d'âge, tenant compte du niveau, du rythme et des objectifs de chaque joueur.

Que votre enfant découvre le soccer pour la première fois ou qu'il souhaite poursuivre son développement vers des niveaux plus avancés, notre encadrement qualifié, notre approche humaine et notre structure progressive lui offrent un environnement sécurisant, formateur et axé sur le plaisir de jouer.

Pourquoi choisir le HSC pour l'été 2026 ?

- Des entraînements dynamiques dans des infrastructures de qualité
- Un encadrement professionnel assuré par des éducateurs certifiés et passionnés
- Des groupes adaptés par âge et par niveau, pour favoriser le plaisir, le progrès et la confiance
- Des valeurs sportives fortes : respect, persévérance, esprit d'équipe et dépassement de soi
- Une offre flexible avec plusieurs niveaux d'implication, des ateliers optionnels et des suivis personnalisés

Rejoignez-nous dès cet été et faites partie d'un club où chaque joueur compte!

ENCADREMENT TECHNIQUE

Le **Club de Soccer de la Haute-Saint-Charles** mise sur une équipe technique expérimentée, engagée et profondément enracinée dans le développement local du soccer.



Bonano Beugre
Directeur technique et
responsable des U13 à U21

Bonano Beugre n'est pas un nouveau visage au sein du club. En plus d'être **directeur technique** depuis plusieurs années, il possède une solide expérience comme entraîneur dans notre club, à Lévis-Est, ainsi qu'en milieu scolaire avec les **Frégates** et le programme **sport-études de l'ARSQ à Cardinal-Roy**. Il est titulaire d'un diplôme d'entraîneur reconnu et a évolué comme **joueur de haut niveau**, tant en **Afrique** qu'au **Québec**, notamment avec le Royal Beauport en Ligue1 Québec. Sa connaissance du milieu, sa rigueur et sa vision à long terme sont des atouts majeurs pour notre structure sportive. Il pourra compter sur une équipe engagée et compétente.



Souleymane Fofana
Responsable du CDC

Souleymane Fofana est un joueur **semi-professionnel passionné**, reconnu pour son amour profond du soccer et son dévouement envers la formation des jeunes. Il évolue actuellement aux côtés de Bonano au **Royal Beauport**. Véritable **ambassadeur du soccer**, il inspire par son **attitude exemplaire**, son **leadership naturel** et son engagement à transmettre les valeurs fondamentales du sport : **respect, travail d'équipe, discipline et persévérance**. Il joue un rôle clé au sein du **Centre de Développement du Club (CDC)**, qu'il supervise avec rigueur et bienveillance.



Maxim Gagnon
Responsable des U9 à U12

Maxim Gagnon, responsable des **catégories U9 à U14**, est un **athlète de haut niveau**, titulaire du **diplôme C CONCACAF**. Actif dans le milieu sportif depuis plusieurs années, il combine **rigueur, leadership et expertise** en développement des jeunes joueurs. Son expérience en performance, alliée à ses qualités pédagogiques, en fait un **formateur de choix** pour accompagner nos jeunes dans une étape charnière de leur progression.

Nous sommes convaincus que cette équipe assurera la continuité de notre vision sportive et contribuera à maintenir un **environnement formateur, stimulant et sécuritaire** pour tous nos joueurs.

Photos des entraîneurs : Maryse Cloutier

U4 – U8 INITIATION ET PLAISIR DU JEU



Notre équipe d'entraîneurs



Souleymane
Fofana

Objectifs pédagogiques

Le programme U4 à U8 vise à initier les enfants au monde du soccer dans un cadre sécuritaire, ludique et bienveillant, en respectant leur développement moteur et émotionnel.

- Stimuler la **motricité globale** (équilibre, coordination, agilité)
- Développer les habiletés de base avec ballon (conduite, frappe, arrêt)
- Favoriser la **socialisation** : esprit d'équipe, respect des consignes, tour de rôle
- Encourager le plaisir de bouger et l'estime de soi
- Apprendre les **premières règles** du jeu de façon simple et intuitive

Format et fréquence

- **Durée du programme** : du 18 mai 2026 au 23 août 2026
- **Période de pause** : du 20 juillet 2026 au 2 août 2026
- **Fréquence** :
 - U4 à U6 : 1 séance par semaine
 - U7 et U8 : 2 séances par semaine
- **Durée d'une séance** : 60 minutes
- **Groupes** : Formés selon l'âge et le niveau (U4-U6, U7-U8)
- **Années de naissance**: U4 (2022) | U5 (2021) | U6 (2020) | U7 (2019) | U8 (2018)
- **Horaire et tarification à la page 9 et 10.**

Contenu des séances

Les séances sont conçues pour offrir une expérience **active, variée et amusante**, tout en intégrant progressivement les bases du soccer.

- **Échauffement ludique** : jeux moteurs sans ballon
- **Parcours d'agilité** : cerceaux, cônes, haies basses
- **Ateliers techniques simples** : tirer dans un but, pousser le ballon, conduite en ligne droite ou en zigzag
- **Jeux collectifs** : chasseur, relais, ballon chronométré
- **Mini-matches adaptés** : règles simplifiées (pas de gardien, pas de contact), arbitrage éducatif

Encadrement et suivi

- **Éducateurs formés et sensibilisés** au développement de l'enfant
- **Encadrement bienveillant** : priorité au plaisir, encouragements et valorisation
- **Ratio optimal** éducateur/enfants pour assurer la sécurité et l'attention individuelle
- Présence d'un **coach responsable de plateau** supervisant les activités
- **Évaluation des jeunes** sur l'aspect technique et athlétique
- **Communication régulière** avec les parents (infolettres, rappels logistiques)
- **Évaluation légère** en fin de saison (défis amusants, remise de certificats)

Équipements requis

- Souliers de soccer à crampons
- Tenue du club (chandail, short, bas)
- Protège-tibia
- Bouteille d'eau identifiée
- Gants pour gardiens (au besoin)

Terrains

- Stade Phil Latulippe (synth.) - Stade Paul-Émile Beaulieu (synth.)
- Parc de la Grande-Oasis - Parc Réal Cloutier - Parc Jean-Marie-Beaulieu

U9 – U10 (2017 - 2016) DÉVELOPPEMENT TECHNIQUE DE BASE



Notre équipe d'entraîneurs



Bapte Sindjui

Emmanuel Canelo

Daouda Gueye

Loan Nicolay

Vincent Comeau

Objectifs pédagogiques

Le programme U9-U10 constitue une étape clé dans l'apprentissage du soccer, où l'on consolide les gestes techniques fondamentaux et amorce le développement du jeu collectif. À cet âge, les joueurs gagnent en autonomie, en concentration et en esprit d'équipe.

- Consolider les techniques de base : passe, contrôle, dribble, tir
- Améliorer la coordination motrice et la maîtrise du ballon
- Encourager la prise d'initiative et la prise de décision
- Initier au **jeu collectif structuré** : appuis, démarquages, coopération
- Développer la concentration, la communication et le respect des consignes

Format et fréquence

- **Durée du programme** : du 18 mai 2026 au 23 août 2026
- **Période de pause** : du 20 juillet 2026 au 2 août 2026
- **Fréquence** : 2 à 3 séances/sem (selon le groupe) + 12 matchs
- **Durée d'une séance** : 60 minutes par séance
- **Formule de jeu** : Matchs dans la ligue de développement de l'ARSQ selon le niveau
- **Horaire et tarification à la page 9 et 10.**
- **Option** : Ateliers de perfectionnement (sur inscription, payants)

Terrains

- Stade Phil Latulippe (synth.) - Stade Paul-Émile Beaulieu (synth.)
- Parc de la Grande-Oasis - Parc Réal Cloutier - Parc Jean-Marie-Beaulieu

Contenu des séances

Les séances sont conçues pour allier progression technique et plaisir du jeu. Chaque semaine met l'accent sur un thème technique ou tactique à travers une variété d'exercices et de situations de match.

- **Ateliers techniques ciblés** : conduite de balle, passe courte et longue, tirs en mouvement
- **Jeux réduits (1v1, 2v2, 3v3)** : pour favoriser les touches de balle et la prise de décision
- **Jeux collectifs dirigés** : exercices en triangle, jeu à 2 appuis, relais techniques
- **Positionnement de base** : notions de largeur, profondeur, soutien, transition
- Mini-tournois, matchs scénarisés et jeux d'opposition contrôlés
- **Règles adaptées** favorisant l'apprentissage (reprises rapides, pas de dégagement au pied, etc.)

Encadrement et suivi

- **Entraîneurs qualifiés** et sensibilisés à la pédagogie sportive chez les 9-10 ans
- Approche centrée sur le **renforcement positif** et la valorisation des efforts
- **Encadrement progressif** vers des concepts tactiques simples
- **Communication régulière** avec les parents (suivi de progression, rappels logistiques)
- Possibilité d'**évaluation technique individuelle** en milieu ou fin de session

Équipements requis

- Souliers de soccer à crampons
- Souliers de soccer intérieur
- Tenue du club (chandail, short, bas)
- Protège-tibia
- Bouteille d'eau identifiée
- Gants pour gardiens (au besoin)

U11 – U12 (2015 - 2014) MAÎTRISE TECHNIQUE ET SENS DU JEU



Notre équipe d'entraîneurs



Bonano Beugre
Encadrement
technique

Maxim Gagnon

Nicolas Piché

Pape Beye

Patrick Garneau

Objectifs pédagogiques

À ce stade, l'accent est mis sur la consolidation technique sous pression et le développement de l'intelligence de jeu. Les jeunes joueurs apprennent à s'adapter à des contextes plus dynamiques et à lire le jeu en temps réel.

- Maîtriser les **gestes techniques** en situation réelle : sous pression, en mouvement, en transition
- Développer la vision du jeu et la prise de décision
- Renforcer l'esprit d'équipe, la communication et le **jeu collectif**
- Amorcer la **spécialisation par position** tout en maintenant la polyvalence

Format et fréquence

- **Durée du programme** : du 18 mai 2026 au 23 août 2026
- **Période de pause** : du 20 juillet 2026 au 2 août 2026
- **Fréquence** : 2 à 3 séances/sem (selon le groupe) + 12 matchs
- **Durée d'une séance** : 60 minutes par séance
- **Formule de jeu** : Matchs dans la ligue de développement de l'ARSQ selon le niveau
- **Horaire et tarification à la page 9 et 10.**
- **Option** : Ateliers de perfectionnement (sur inscription, payants)

Contenu des séances

Les séances sont conçues pour favoriser la maîtrise du jeu, affiner la prise de décision et permettre à chaque joueur de progresser sur le plan individuel et collectif.

- **Jeux réduits** : 3v3, 4v4 afin d'augmenter la fréquence des prises de décisions et multiplier les contacts avec le ballon
- **Circuits techniques évolutifs** : enchaînements passe-dribble-tir, travail d'appui, finition
- **Séances spécialisées** : gardiens, défenseurs, milieux, attaquants
- **Thèmes tactiques hebdomadaires** : transitions rapides, occupation de l'espace, soutien et couverture
- **Jeux dirigés et scénarios de match** pour contextualiser l'apprentissage

Encadrement et suivi

- Entraîneurs diplômés et expérimentés
- Focus sur le développement individuel **dans un cadre collectif**
- Évaluations périodiques sur les plans technique et comportemental
- Communication régulière avec les familles (suivis, bilans, observations)

Équipements requis

- Souliers de soccer à crampons
- Souliers de soccer intérieur
- Tenue du club (chandail, short, bas)
- Protège-tibia
- Bouteille d'eau identifiée
- Gants pour gardiens (au besoin)

Terrains

- Stade Phil Latulippe (synth.) - Stade Paul-Émile Beaulieu (synth.)
- Parc de la Grande-Oasis - Parc Réal Cloutier - Parc Jean-Marie-Beaulieu

U13 – U14 (2013 - 2012) CONSOLIDATION TACTIQUE



Notre équipe d'entraîneurs



Bonano Beugre
Encadrement
technique

Holy Iradukunda

Mohamed Hamami

Objectifs pédagogiques

À cette étape, on cherche à solidifier les acquis techniques et tactiques tout en amenant les joueurs à **devenir responsables** de leur jeu, individuellement et collectivement.

- **Renforcer la discipline tactique** : respecter un rôle, une zone, un plan de match
- Encourager la **polyvalence** : jouer à différents postes pour mieux comprendre le jeu
- Développer la **résilience**, la concentration et l'autonomie
- Améliorer la prise de décision rapide
- Apprendre à **jouer par ligne** (défense, milieu, attaque)

Format et fréquence

- **Durée du programme** : du 18 mai 2026 au 23 août 2026
- **Période de pause** : du 20 juillet 2026 au 2 août 2026
- **Fréquence** : 2 à 3 séances/semaine (selon le groupe) + 16 matchs
- **Durée d'une séance** : 60 minutes par séance
- **Horaire et tarification à la page 9 et 10.**
- **Option** : Ateliers de perfectionnement technique (sur inscription, payants)
- **Formule de jeu** : Matchs dans la ligue de développement de l'ARSQ selon le niveau

Contenu des séances

- Thèmes tactiques : relance du gardien, construction, transitions offensives/défensives
- **Exercices collectifs** : déplacement du bloc, permutation, couverture
- Travail **technique individuel** dans un contexte collectif
- **Analyse de jeu** : discussion post-séance, vidéo (au besoin)
- **Systèmes de jeu** : 4-3-3, 4-4-2, 3-5-2 selon les profils d'équipe
- Pressing haut, blocs défensifs, transition rapide
- Jeux réduits à thème tactique
- **Suivi individuel** (mi-saison et fin de saison)

Encadrement et suivi

- Entraîneurs diplômés et expérimentés
- Focus sur le développement individuel dans un **cadre collectif**
- Évaluations périodiques sur les plans technique et comportemental
- Communication régulière avec les familles (suivis, bilans, observations)

Équipements requis

- Souliers de soccer à crampons
- Souliers de soccer intérieur
- Tenue du club (chandail, short, bas)
- Protège-tibia
- Bouteille d'eau
- Gants pour gardiens (au besoin)

Terrains

- Stade Phil Latulippe (synth.) - Stade Paul-Émile Beaulieu (synth.)
- Parc de la Grande-Oasis - Parc Réal Cloutier - Parc Jean-Marie-Beaulieu

U15 - U21 (2011- 2005) PERFORMANCE ET STRATÉGIE



Notre équipe d'entraîneurs



Bonano Beugre
Encadrement
technique

**George Armel
Nguimbi**

**Hamza Rayan
Salah**

Objectifs pédagogiques

Le programme vise à **préparer les joueurs à la compétition élite**, en misant sur la performance physique, mentale et tactique. On aborde des concepts plus complexes avec une intensité supérieure.

- Développer les **capacités physiques spécifiques** (puissance, endurance, vitesse)
- Renforcer la compréhension des systèmes de jeu
- Créer un environnement orienté vers la compétition
- Développer des routines d'entraînement sérieuses et structurées

Format et fréquence

- **Durée du programme** : du 18 mai 2026 au 23 août 2026
- **Période de pause** : du 20 juillet 2026 au 2 août 2026
- **Fréquence** : 2 séances/semaine + matchs hebdomadaires
- **Horaire à confirmer**
- **Formule des séances** :
 - Entraînements intensifs et spécialisés (par poste, par thématique)
 - Séances de préparation physique planifiées

Contenu des séances

- Travail technique avancé **par poste** (ex. : défense en ligne, relance rapide, déséquilibre offensif)
- Développement de **stratégies collectives** selon l'adversaire
- Plan de charge physique individualisé (sans surentraînement)

Encadrement et suivi

- Entraîneurs diplômés et expérimentés
- Focus sur le développement individuel dans un **cadre collectif**
- Évaluations périodiques sur les plans technique et comportemental
- Communication régulière avec les familles (suivis, bilans, observations)

Équipements requis

- Souliers de soccer à crampons
- Souliers de soccer intérieur
- Tenue du club (chandail, short, bas)
- Protège-tibia
- Bouteille d'eau
- Gants pour gardiens (au besoin)

Terrains

- Stade Phil Latulippe (synth.) - Stade Paul-Émile Beaulieu (synth.)
- Parc de la Grande-Oasis - Parc Réal Cloutier - Parc Jean-Marie-Beaulieu

HORAIRE - ÉTÉ 2026

Catégories	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
U4 F/M						9h00 -10h00 Grande Oasis
U5 F/M						10h00 - 11h00 Grande Oasis
U6 F/M			17h30-18h30 Grande Oasis			11h00 - 12h00 Grande Oasis
U7 F/M		17h30 - 18h30 Grande Oasis		17h30-18h30 Grande Oasis		
U8 F/M		17h30-18h30 Grande Oasis		18h30 - 19h30 Grande Oasis		
U9 F/M	MATCH		17H30-18H40 JM Beaulieu	MATCH		9h00-10h15 Grande Oasis
U10 F/M	17h30-18h40 JM Beaulieu	MATCH	MATCH	17h30-18h40 JM Beaulieu		
U11 F/M	18h40-19h50 JM Beaulieu	MATCH		18h40-19h50 JM Beaulieu		
U12 F/M	MATCH	17h45-19h00 JM Beaulieu		MATCH	17h30-18h45 JM Beaulieu	
U13 M +			18h00-19h30 JM Beaulieu		18H00-19H30 JM Beaulieu	MATCH
U13 F/M	18h00-19h30 JM Beaulieu	MATCH		18h00-19h30 JM Beaulieu		
U14 F / M		18h00-19h30 JM Beaulieu		MATCH	18h00-19h30 JM Beaulieu	

- Pour les U6 F/M la pratique du mercredi débute à partir de la semaine du 29 juin
- Tous les programmes avec match n'ont qu'un seul match par semaine
- Aucune activité ne sera reprise en cas d'annulation pour cause de température.



TARIFICATION - ÉTÉ 2026

Le conseil d'administration a revu à la baisse la tarification pour la saison estivale 2026 afin de favoriser l'accessibilité au soccer. Cette décision vise à permettre à un plus grand nombre de familles de s'inscrire. Le Club réaffirme ainsi son engagement à offrir un soccer de qualité et accessible à tous.

Programme	Année de naissance	Tarif jusqu'au 19 mars 2026	Tarif après le 19 mars 2026	Frais d'affiliation
U4 - U6	2022 -2020	150 \$	175 \$	35.80 \$
U7 - U8	2019 - 2018	190 \$	215 \$	35.80 \$
U9 - U10	2017 - 2016	400 \$	425 \$	44.30 \$
U11 - U12	2015 - 2014	410 \$	435 \$	44.30 \$
U13 - U16	2013 - 2009	445 \$	470 \$	44.30 \$
U17 - U21	2008 - 2005	500 \$	525 \$	44.30 \$

Tarification familiale

À partir du deuxième enfant inscrit, le Club offre un rabais de 25\$ par inscription supplémentaire (l'inscription de 3 enfants donne un rabais de 50\$).

Le Club prête les chandails de match moyennant un dépôt, tandis que le kit d'entraînement demeure à la charge des membres.

Merci à nos partenaires





HSC

CLUB DE SOCCER DE LA HAUTE-SAINT-CHARLES

2200, rue de la Faune
Québec (Québec) G3E 1K6

Tél. : 1 418 641-6701, poste 2498
info@soccer-hsc.qc.ca
soccer-hsc.qc.ca