



AU GYMNASSE EMILE SOULIER  
A LA GRAND'CROIX  
DE 9H30 A 16H30

CE STAGE EST ENCADRÉ PAR :

CÉLIE ARCHIER (RESPONSABLE SECTEUR FÉMININ)  
OCÉANE BONNARD (ÉDUCATEUR BPJEPS DU CLUB)  
ENCADRANT DU CLUB

**PROGRAMME DU STAGE :**

HEURES	<u>Mercredi 28 Août</u>	<u>Jeudi 29 Août</u>	<u>Vendredi 30 Août</u>
9h30 - 10h	Accueil	Accueil	Accueil
10h - 12h	HANDBALL Prépa Physique	HANDBALL Prépa Physique	Tournoi de sandball
12h - 13h30	Repas Temps calme	Repas Temps calme	Repas Temps calme
13h30 - 16h	Jeu Multiactivités	Jeu Multiactivités	Journée Plein Air Canoë Paddle Kayak
16h - 16h30	Goûter Temps calme Arrivée des parents	Goûter Temps calme Arrivée des parents	Goûter Temps calme Arrivée des parents

\* ATTENTION : SUivant LA MÉTÉO LE PROGRAMME PEUT ÉVOLUER

**OBJECTIFS DU STAGE :**

- BÉNÉFICIER D'UNE PRÉPARATION PHYSIQUE
- APPRÉCIER UNE REMISE EN ACTIVITÉ AVEC DES SÉANCES DE HANDBALL ET DES MULTIACTIVITÉS
- SE FAIRE PLAISIR TOUT EN PRÉPARANT LA NOUVELLE SAISON
- PRÉPARER LA COHÉSION DES PROCHAINS COLLECTIFS

**BULLETIN D'INSCRIPTION**

NOM : .....

PRÉNOM : .....

DATE DE NAISSANCE : .... / .... / ....

CLUB : .....

EMAIL : .....

**PARTICIPERA AU STAGE DE DÉBUT DE SAISON :**

**DU MERCREDI 28 AU VENDREDI 30 AOÛT 2018**

**POUR UN MONTANT DE 60 €**

**LE RÉGLEMENT SE FERA SUR PLACE**

PENSEZ À :

- ORGANISER LES TRANSPORTS AVEC LES COPINES
- APPORTER UN CASSE-CROÛTE, UN GOÛTER ET UNE BOUTEILLE D'EAU
- AMENER UNE PAIRE DE CLAQUETTES POUR AÉRER LES PIEDS ENTRE LES SÉANCES
- APPORTER UNE CASQUETTE, SON MAILLOT DE BAIN ET DE LA CRÈME SOLAIRE POUR LA JOURNÉE PLEIN AIR

**A RENDRE AVANT LE 10 AOÛT 2018  
PAR MAIL À CÉLIE ARCHIER À L'ADRESSE MAIL SUIVANTE :**  
HAND.CELIE@GMAIL.COM

**OU  
PAR COURRIER À L'ADRESSE DU CLUB :**  
CHÂTEAU DU JAREZ, 11 RUE BENOÎT ORIOL  
42400 SAINT CHAMOND

**POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS APPELER CÉLIE AU 07.61.61.72.60**