

PLANNING PREVISIONNEL JUILLET 2020 (susceptible d'être modifié en fonction des groupes de niveau)

	7 h 30 8 h 15	Groupe	8 h45 10 h 00	10 h00 11 h 15	11 h 15 12 h 30	12 h 45 13 h 15	13 h 15 14 h 30		15 h 00 16 h 30	16 h 30 18 h 00	18 h 30 19 H 00	19 H 45	20 h 45 22 h 00
DIMANCHE 19 juillet 2020							ACCUEIL DES STAGIAIRES De 13 h 00 à 14 h 00 Réunion d'information à 14 h 15		EVALUATION DES NIVEAUX CONSTITUTION DES GROUPES 15 h 30 à 19 h Salle Omnisports			Dîner	Soirée présentation Stage
LUNDI 20/07		Groupe blanc	Réveil Musculaire Footing	Gymnase	Etirements Relaxation			Groupe blanc	Gymnase	Jeux extérieurs			
		Groupe rouge	Footing	Jeux extérieurs	Gymnase			Groupe rouge	Green Ball	Gymnase			
MARDI 21/07		Groupe blanc	Réveil Musculaire Footing	TIP	Gymnase			Groupe blanc	Jeux extérieurs	Gymnase			MATCHS GYMNASE
		Groupe rouge	TIP	Gymnase	Retour Centre			Groupe rouge	Gymnase	Entraînement Gymnase			
MERCREDI 22/07		Groupe blanc	Tournoi de Green-Ball										
		Groupe rouge	Tournoi de Green-Ball										
JEUDI 23/07		Groupe blanc	Footing Réveil Musculaire	Entraînement Gymnase	Etirements			Groupe blanc	Séance de tirs Gymnase	Jeux extérieurs			MATCHS GYMNASE
		Groupe rouge	Réveil Musculaire Footing	Green Ball	Entraînement Gymnase			Groupe rouge	Jeux extérieurs	Séance de tirs Gymnase			
VENDREDI 24/07		Groupe blanc	TIP - Travail Individuel Physique	Gymnase	Etirements et retour			Groupe blanc	Entraînement Gymnase	Green Ball			
		Groupe rouge	Footing Réveil Musculaire	Green Ball	Gymnase			Groupe rouge	Jeux extérieurs	Gymnase			
SAMEDI 25 juillet 2020	Petit Déj	Tous les groupes	Tournois de Green-Ball Résultats et remise des Récompenses		Départ des Stagiaires								