

Camp Multisports, 07 octobre au 11 octobre 2019

Stage de regroupement natation et diversification des pratiques

Groupes : Perfectionnement - pré-compétition - espoir – compétition - Elites

Entraîneur : Cavois Etienne – Pires Jeremy – Manaigo Alexis – Jade Donzallaz

Groupe 1			Groupe 2		
Elite	competition	Espoir A	Espoir B	précompétition	perfectionnement
Romain	Lea	Solene	Zara c	ylan	Maelie (sauf vendredi)
Skander	Sarah	caroline	Meloe	antia	Aurele
Maelle	Emilien	Jonathan	Kassandra	isaac	nolan
Lorine		Clotilde	Luca	Elio	Maddox
		Elea		zacari	Malone
		Zara d		Alyssia L	Timeo (sauf vendredi)
		dania		carolina	yaelle
		zoe		Younes	elouan
					Tess (sauf vendredi)
					Hadrien
					eloise
					Alyssia J
4	3	8	4	8	12

Camp Multisports, 7 octobre au 11 octobre 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
7h30		Groupe 1 : Natation	Groupe 1 : Natation	Groupe 1 : Natation	Groupe 1 : Natation
9h	Groupe 1 et Groupe 2 : Randonnée : L'Escarpineau	Groupe 1 : petit déjeuner Groupe 2 : RDV Arêtes Footing	Groupe 1 : petit déjeuner Groupe 2 : RDV Arêtes Footing	Groupe 1 : petit déjeuner Groupe 2 : RDV Arêtes Footing	Groupe 1 : petit déjeuner Groupe 2 : RDV Arêtes Footing
10h	Prévoir tenue de sport extérieur avec basket d'extérieur Prévoir Pique nique	Groupe 2 : Natation Groupe 1 : Escalade (RDV : halle volta) Prévoir tenue sport intérieur et basket sans semelle noire	Groupe 2 : Natation Groupe 1 : Test physique Sports en salle (salle Bellevue) Prévoir tenue sport intérieur et basket sans semelle noire	Groupe 2 : Natation Groupe 1 : Sports en salle (salle Bellevue) Prévoir tenue sport intérieur et basket sans semelle noire	Groupe 2 : Natation Groupe 1 : Sports en salle (salle Bellevue) Prévoir tenue sport intérieur et basket sans semelle noire
12h	RDV gare CFF 8h45				
repas	Pique Nique	Repas organisé aux Aretes			
14h	Groupe 1 et Groupe 2 : Retour de la randonnée	Groupe 2 : Escalade (halle volta) Prévoir tenue sport intérieur et basket sans semelle noire	Groupe 2 : Test physique Sports divers	Groupe 2 : Sports en salle (salle Bellevue) Prévoir tenue sport intérieur et basket sans semelle noire	Groupe 2 : En extérieur ou intérieur (météo) Test physique Sports divers
16h	RDV : Bois du petit château vers 16h	Groupe 1 : Natation	Groupe 1 : Natation	Groupe 1 : Natation	Groupe 1 : Natation Test en Natation