**BULLETIN D’INSCRIPTION**

 **stage TOUSSAINT 2019**

**28-29 OCT U11 – U13**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Gymnase L TERRAY Varces 8 H 30 - 17H

Entraîneurs : Jeremy DELICATA + assistants

Programme : Lucas COUDERC & Jeremy DELICATA

PROGRAMME :

🡪Accueil des enfants ………………………………………… 8 H 20 à 8 H 30

🡪Grp U11 :

 8h45-10h15 : Réveille musculaire/coordination/maniement (tenue de sport)

 10h30-12h : Entrainement de hockey

 🡪 Grp U13**:**

 8h45-10h15 : Entrainement de hockey

 10h30-12h : Prépa musculaire/coordination/maniement (tenue de sport)

 🡪 Repas tous ensemble (prévoir pic-nic)………………….. 12H a 13H15

 🡪 Activités/sport collectif …………………………………13H30 à 14H45

 🡪 Entrainement de hockey/Match ………………………... 15H15 à 16H45

**NOM : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ N° Tel : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Gardien de but : oui / non SECTION : U11 U13**

 **Entourer la section**

**Frais de participation 50 € pour les 2 jours**

Envoyer ce document complété par mail à ***inscription.frelonsdevarces@gmail.com***et version papier avec règlement

à déposer impérativement dans la boite à lettre du club située sur le parking du gymnase au plus tard le **mercredi 16 octobre 2019.   Les places étant limitées, acceptation du dossier complet par ordre d’arrivée.**

***Agrafer le chèque******libellé à l'ordre de «  Assos Les Frelons »***