**BULLETIN D’INSCRIPTION**

**STAGE DE NOEL**

**02 Janvier 2021. U9**

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

Gymnase L. TERRAY Varces

02 Janvier de 9H00 à 12H00 (3h00)

Entraîneurs : Jeremy DELICATA & Hugues BRIAS & Etienne CHABERT

Programme : Jeremy DELICATA & Hugues BRIAS & Charles GUELTON

PROGRAMME POUR LA ½ JOURNEE : 02/01/2021

🡪Accueil……………..………………………………………………………….……………….08H50 à 09H00

🡪 Réveil musculaire / motricité\*.…….…………………………………..…..…………..…09H15 à 09H45

🡪 Activités / sport collectif\*……..…………………………………..………….……………10H00 à 10H30

🡪 Entrainement de hockey : Travail individuel crosse…..………..…….…..………….10H45 à 11H15

🡪 Match.…………………………………..…………………………………….…..……..........11H30 à 12H00

\*Travail en groupe possible

\*Prévoir une tenue de sport et son équipement (avec la crosse)

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

**SECTION : U9**

**Frais de participation 0€\* pour la demi-journée.**

Envoyer ce document complété par mail à [***secretariat2frelon@gmail.com***](https://webmail.sfr.fr/fr_FR/main.html)au plus tard le **mercredi 21 décembre 2020. Les places étant limitées, l’ordre d’inscription sera effectué par ordre d’arrivée des mails.**

\* Cette année et pour ce stage, le Bureau/CA décide de le rendre gratuit en compensation des heures d’entrainement non réalisées.

Pour information dans le contexte actuel 6h d’entrainement n’ont pas pu être réalisées depuis le 02/11/2020.

En temps normal nous vous aurions demandé une participation de 12,5€ par demi-journée de stage.