

STAGE D'AUTOMNE

DU 22 AU 26 OCTOBRE 2018



JOURNEE TYPE

8h30-9h00	Accueil
9h00-9h30	Echauffement
9h30-10h30	Fondamentaux
10h30-11h00	Goûter
11h00-12h00	Fondamentaux
12h00-13h00	Repas
13h00-13h30	Temps calme
13h30-14h30	Echauffement
14h30-15h00	Concours
15h00-16h30	Matches
16h30-17h00	Goûter

TARIF : 20€/JOUR

Amenez votre pique-nique du midi !

Goûter assuré par le club - les gâteaux « maison » sont les bienvenus.

Pensez à prendre vos jeux favoris (jeux de société...) afin d'avoir des moments de récupération et de détente.

Le stage est ouvert aux non licenciés sur présentation d'un certificat médical.



Prochain stage :

Du 25 février au 1^{er} mars

BULLETIN D'INSCRIPTION

**A envoyer à l'adresse suivante : Basket Club St Julien/1281 rte de Lathoy - 74 160 Saint-Julien
Yannick Lecomte : +33 6 31 01 10 21**

NOM : _____ **Prénom :** _____ **Age :** _____

Téléphone : _____

Journée d'inscription (cocher les jours correspondants) :

Lundi – Stael	Mardi – Stael	Mercredi – Stael	Jeudi – Stael	Vendredi – Stael
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Précautions concernant l'enfant : _____