

Programme Stage de Pâques 2019 du RCCMontrevel

Du 23 au 26 avril 2019 (jeunes de 11 à 14 ans inclus, années 2004 à 2008)

Mardi 23/04

7h45-9h	Accueil +Présentation journée
09h - 12h00	Entraînement rugby + Jeux sportifs
12h00 - 13h00	Déjeuner
13h00 - 14h00	Temps libre / Récupération
14h00 - 16h30	VTT (U12), Accrobranche (U14)
16h30 - 17h00	Douche + Goutter

Mercredi 24/04

7h45-9h	Accueil +Présentation journée
09h - 12h00	Entraînement rugby + Jeux sportifs
12h00 - 13h00	Déjeuner
13h00 - 14h00	Temps libre / Récupération
14h00 - 16h30	VTT (U14) Accrobranche (U12)
16h30 - 17h00	Douche + Goutter

Jeudi 25/04

7h45-9h	Accueil +Présentation journée
09h - 12h00	Entraînement rugby + Jeux sportifs
12h00 - 13h00	Déjeuner
13h00 - 14h00	Temps libre / Récupération
14h00 - 16h30	Trampoline square
16h30 - 17h00	Douche + Goutter

Vendredi 26/04

Matin	Repos
14h00 - 18h30	Déplacement Oyonnax + Entraînement rugby+ visite Oyomen Factory
19h-22h	Repas + Match Pro d2
Retour	Vers 0h00

-TARIF : Stage 4 jours = 80€
(Tout inclus : activités, demi-pension...)

