

TARIF PENSION COMPLÈTE 70€ PAR JOUR
330€ LA SEMAINE
TARIF DEGRESSIF FAMILLE

STAGE JEUNES BADMINTON



**STAGE RÉSERVÉ AUX JEUNES
DE 8 À 18 ANS
LICENCIÉS À LA FFBAD**



COMMENT S'INSCRIRE:
DOSSIER TÉLÉCHARGEABLE SUR LE SITE DE LA LIGUE
OU AUPRÈS DE ARNAUD HINGANT

CSN HOULGATE
DU 17 AU 21 AOÛT 2020



STAGE ORGANISÉ PAR LA LIGUE DE NORMANDIE



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h		Réveil Musculaire		Réveil Musculaire	Réveil Musculaire
	Petit Déjeuner				
9h	Accueil 9h installation + présentation du stage	Séance collective Thème EFFICACITE DES APPUIS	Séance collective Thème LA FIXATION	Séance collective Thème LES ENCHAÎNEMENTS EN SIMPLE	Séances à la carte Thème « AU CHOIX DES JOUEURS »
10h	Séance Collective Thème LA REGULARITE				
11h					
12h	REPAS				
13h					
14h	Séance Matches tactique Groupe 2	Séance spécifique Groupe 1 Thème Selon des groupes de besoin	Sortie Extérieure	Séance Matches tactique Groupe 1	Séance Match Matches coachés
15h				Séance spécifique Groupe 2 Thème Selon des groupes de besoin	
16h					
17h	Séance Matches tactique Groupe 1	Séance spécifique Groupe 2 Thème Séance individuelle de distribution	Olympiade en extérieur.	Séance Matches tactique Groupe 2	Fin de stage prévu à 17h
18h				Séance spécifique Groupe 1 Thème Séance individuelle de distribution	
19h	REPAS				
20h					
21h	Veillée Jeu	Tournoi individuel	Veillée cinéma	Tournoi par équipe	
22h					

ENCADREMENT

 **Arnaud HINGANT**
DEJEPS - Responsable Pôle Espoirs

 **Yann BOULET**
BE2 - Coordonateur ETR

 **Antonin DUCCELLIER**
DEJEPS - Salarié du PAB14

 **Matthieu DUVAL**
DEJEPS - Salarié du CAB61



CENTRE SPORTIF DE NORMANDIE

Route de la vallée
14510 HOULGATE



CONTACT

Arnaud HINGANT
hingant.normandiebad@gmail.com
07.88.69.83.97