

**Stage de natation Alain Bernard  
Été 2019 à Antibes  
PLANNING GENERAL**



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	<i>PDJ</i>	<i>PDJ</i>	<i>PDJ</i>	<i>PDJ</i>	<i>PDJ</i>
<b>08h00 - 12h00 :</b> Arrivées des stagiaires gare & aéroport Déjeuner non inclus	8h00 - 10h00  Entrainement	8h00 - 10h00  Entrainement avec Alain Bernard	8h00 - 10h00  Entrainement	8h00 - 10h00  Entrainement	9h00 - 10h00  Mini-meeting avec Alain Bernard
	10h30 - 12h00 Activité StandUp Paddle/ Kayak	Groupe 2 : Jeux Collectifs	Séance photos, autographes avec Alain Bernard	Sortie au centre-ville d'Antibes	10h30 - 16h00 Sortie à AQUASPLASH déjeuner sur place
	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>	12h00 - 14h00  Départ des stagiaires gare & aéroport Déjeuner non inclus	
14h00  Accueil des stagiaires & réunion de présentation avec Alain Bernard	Groupe 1 : Jeux Collectifs	14h30 - 16h00 Activité StandUp Paddle/ Kayak	Questions / réponses avec Alain Bernard	Sortie à la plage	
	<i>Goûter</i>	<i>Goûter</i>	<i>Goûter</i>	<i>Goûter</i>	
17h00 - 19h00  Entrainement avec Alain Bernard	17h00 - 19h00  Entrainement de 25 m	17h00 - 19h00  Entrainement avec Alain Bernard	17h00 - 19h00  Entrainement	17h00 - 19h00  Entrainement	
<i>Diner</i>	<i>Diner</i>	<i>Diner</i>	<i>Diner</i>	<i>Diner</i>	
Veillée / Jeux	Veillée / Jeux	Veillée / Jeux	Veillée / Jeux	Soirée de fin de Stage	

*Ce planning est prévisionnel et peut être soumis à des modifications*