


Stage de volley avec Victoria Ravva & Pierre Pujol

Du 08 au 13 juillet & du 15 au 20 juillet 2019 à Saint Raphaël

PLANNING GENERAL

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	7h30 Petit-déjeuner		7h30 Petit-déjeuner	7h30 Petit-déjeuner	
	8h30 - 10h00 Entraînement	8h00 Petit-déjeuner	8h30 - 10h00 Théorie / Analyse vidéo	8h30 - 10h00 Entraînement	8h15 Petit-déjeuner
	10h30 - 12h00 Théorie / Analyse vidéo	10h00 - 17h00 	10h30 - 12h00 Entraînement	10h30 - 12h00 Théorie / Analyse vidéo	10h00 - 12h00 Départ des stagiaires
12h00 - 14h00 Arrivées en gares & aéroport	12h30 Déjeuner		12h30 Déjeuner	12h30 Déjeuner	
	Repos		Repos	13h45 - 15h45 Entraînement	
14h00 - 15h00 Accueil des stagiaires Réunion de présentation Installation dans les chambres	14h00 - 16h00 Entraînement			14h00 - 16h00 Jeux	Gouter
	Gouter		Gouter	16h00 - 18h00	
16h30 - 18h30 Entraînement	16h15 - 18h15 Jeux		16h15 - 18h15 Entraînement	Jeux	
				18h30 - 19h30 Bilan de fin de stage	
19h00 / 19h15 Diner	19h00 / 19h15 Diner	19h00 / 19h15 Diner	19h00 / 19h15 Diner	Remise des diplômes	
20h00 - 22h00 Matches ou Veillées	20h00 - 22h00 Matches ou Veillées	20h00 - 22h00 Matches ou Veillées	20h00 - 22h00 Matches ou Veillées	20h00 Diner	
				Soirée de fin de stage	

Ce planning est prévisionnel et peut être soumis à des modifications