


STAGE DE VOLLEY A SAINT-RAPHAEL

| lundi | mardi | mercredi | jeudi | vendredi | samedi |
|--|--|--|---|---|--|
| | 7h30 Petit-déjeuner | | 7h30 Petit-déjeuner | 7h30 Petit-déjeuner | |
| | 8h30 - 10h00 Entrainement | 8h00 Petit-déjeuner | 8h30 - 10h00 <i>Théorie / Analyse vidéo</i> | 8h30 - 10h00 Entrainement | 8h15 Petit-déjeuner |
| | 10h30 - 12h00 <i>Théorie / Analyse vidéo</i> | 10h00 - 17h00  | 10h30 - 12h00 Entrainement | 10h30 - 12h00 <i>Théorie / Analyse vidéo</i> | 10h00 - 12h00 Départ des stagiaires |
| | 12h30 Déjeuner | | 12h30 Déjeuner | 12h30 Déjeuner | |
| 14h00 - 16h00 Accueil & Réunion | 14h00 - 16h00 Entrainement | | 14h00 - 16h00 <i>Jeux / Activités</i> | 13h45 - 15h45 Entrainement | |
| 16h30 - 18h30 Entrainement | Gouter | | Gouter | Gouter | |
| | 16h15 - 18h15 <i>Jeux / Activités</i> | | 16h15 - 18h15 Entrainement | 16h00 - 18h00 <i>Jeux / Activités</i> | |
| 19h00 / 19h15 Diner | 19h00 / 19h15 Diner | 19h00 / 19h15 Diner | 19h00 / 19h15 Diner | 20h00 Diner | |
| 20h00 - 22h00 Matches | 20h00 - 22h00 Matches | 20h00 - 22h00 Matches | 20h00 - 22h00 Matches | Soirée de fin de stage Remise des diplômes | |

Le planning est prévisionnel et peut être soumis à des modifications (document non contractuel)