

STAGE JEUNES

MARDI 21 OCTOBRE

**BENJAMINS
MINIMES**



AU PROGRAMME

MATINÉE ATHLÉ

10h-10h30 : jeu d'accueil
10h30 - 11h15 : Sprint ou demi-fond
11h15-12h00 : Saut ou lancer
12h-12h30 : circuit training

REPAS ET TEMPS PÉDAGOGIQUE

12h30 - 13h15 : Repas
13h15 - 14h : Intervention
pédagogique

APRÈS MIDI SPORTIF

14h-16h30 : run and bike
16h30 - 17h : Gouter



INFOS PRATIQUES

Prévoir
vélo, casque et gilet jaune

Prévoir
pique-nique

10h00 à 17h00

INSCRIPTIONS

par mail
maillardathlegmail.com