

## STAGE VACANCES AVRIL EN BASSIN DE 50 M

Stage en bassin de 50mn organisé en partenariat avec le Club d'Auray Natation, de Pontivy et la ligue de Bretagne.

Objectif : assurer aux nageuses et nageurs du Club une progression optimales et préparer les prochaines échéances de compétitions.

Catégorie : Juniors et Jeunes ayant la capacité de réaliser une séance en bassin de 50m

Date : du Mardi 30 avril au samedi 04 mai 2024 matin

Lieu du stage : Piscine de la plage – rue de la cascade 56300 PONTIVY



Entraîneur : Erwan JACOB, Marie DREAN

Programme du stage :

Matin : séance d'entraînement de 2H

Midi : déjeuner

Après-midi : séance d'entraînement de 2H

Début de soirée : Activités diverses (Sports collectifs, renforcement musculaires et étirements, course d'orientation...)

Soir : diner

Hébergement et petit déjeuner : au sein d'un gîte à Pontivy

Repas et diner : le relais de Gohélève à Noyal-Pontivy à 9 minutes de la piscine en voiture.



Encadrement nécessaire : la présence de deux parents minimums est nécessaire, nous vous remercions par retour de mail ([secretaire.caudannatation@gmail.com](mailto:secretaire.caudannatation@gmail.com)) de nous confirmer la possibilité de votre présence même sur un ou deux jours du stage afin de réaliser un roulement. (Intendance, Préparation de repas, encadrement jour et nuit....)

Coût : **200 €** maximum, le club de Caudan Natation prendra en charge une partie des dépenses.