

PROGRAMME STAGE – 2009 FILLES – AVRIL 2022.

SAMEDI 23/04 GYMNASE du ROLLER		DIMANCHE 24/04 GYMNASE du HAND-BAD		LUNDI 25/04 GYMNASE du ROLLER	
		8H00		8H00	PETIT DEJEUNER
		8H30	PETIT DEJEUNER	8H30	
		9H00		9H00	
9H45	ACCUEIL-PRESENTATION	9H45	9H45 / 11H00	9H30	9H30 / 11H30
10H15	10H15 / 12H00	10H00	SEANCE 3 = DEFENSE	10H00	SEANCE 6 = DEFENSE + JEU RAPIDE (Collaborations Défensives = Alignement/Aide/Changement)
10H30	SEANCE 1 = DEFENSE + JEU RAPIDE (Répartition-Communication/Duels face au PB/Alignement/Aide)	10H30	(Répartition-Communication/Duels)	10H30	
11H00		11H00	11H00 / 12H00	11H00	
11H30		11H30	MATCH 2	11H30	
12H00		12H00		12H00	
12H15	REPAS	12H15	REPAS	12H15	REPAS
13H00		13H00		13H00	
13H30		13H30		13H30	
14H00	14H00 / 15H30	14H00	14H00 / 15H30	14H00	
14H30	MATCH 1	14H30	SEANCE 4 = ATTAQUE + G.B.	14H30	
15H00		15H00	(Duels GB/T + Duels et Enchainements)	15H00	15H00 / 16H30 MATCH 3
15H30		15H30		15H30	
16H00		16H00		16H00	
16H30		16H30		16H30	BILAN
17H00		17H00		16H45	DEPART
17H15	17H15 / 18H45	17H30	17H30 / 18H45		
18H00	SEANCE 2 =	18H00	SEANCE 5 = JEU DIRIGE		
18H45	MOTRICITE + DUELS GB/T et T/GB	18H45			
19H00		19H00			
19H15	REPAS	19H15	REPAS		
20H00		20H00			