



STAGE DE PERFECTIONNEMENT SPRINT

Un stage d'été sera organisé du lundi 5 août au samedi 10 août au stade de Herve pour le groupe sprint et ouvert aux autres athlètes du club à partir de la catégorie cadet.

L'objectif de ce stage est de préparer la fin de la saison estivale. Il est idéalement placé pour préparer la fin de saison qui comprend de nombreux championnats (LBFA cadets-scolaires, Belgique cadets-scolaires, Belgique juniors-espoirs, Belgique de relais, ...).

Le stage sera orienté vitesse et toutes ses composantes y seront travaillées. Le contenu sera adapté aux athlètes présents en tenant compte de leur âge et niveau.

Horaire

Lundi 5 août : 10h à 12h et 16h à 18h
Mardi 6 août : 10h à 12h
Mercredi 7 août : 10h à 12h et 16h à 18h
Jeudi 8 août : 10h à 12h
Vendredi 9 août : 10h à 12h et 16h à 18h
Samedi 10 août : 10h à 12h

Il est possible de s'entraîner uniquement les matinées du lundi au vendredi ou samedi.

Prix

30€ si entraînements matin et après-midi
20€ si entraînements uniquement le matin

Merci d'effectuer le paiement sur le compte du club BE13 8002 1734 4039 avec la mention "Stage Sprint - Nom Prénom" avant le 1er août.

Merci de confirmer votre présence via ce formulaire avant le 1er août : [FORMULAIRE](#)

Informations

Aucun repas ou activité n'est prévue entre les entraînements. Le stade reste accessible et les athlètes peuvent y manger, se reposer et patienter entre les entraînements s'ils le souhaitent.

En cas de participation trop faible, le stage serait annulé et remboursé. Afin de garantir une qualité d'encadrement, le nombre d'athlètes sera limité.

Pour toute question, n'hésitez pas à me contacter :

Denis Sohet
sohet.denis@gmail.com
0473/751944

