

Treiz' Hand Perf
BOOT CAMP
ÉTÉ 2018
Dimanche 5 AOUT 2018 -
15 Heures
Samedi 11 AOUT 2018 -
11 Heures



COMITÉ
BOUCHES DU RHÔNE
FFHANDBALL



Treiz' Hand TEAM
BOOT CAMP
ÉTÉ 2018



Comité des Bouches du Rhône de Handball



Zone Acti Sud—Bat 3.
90 Chemin Ruisseau Mirabeau
13016 Marseille

Tel: 04.91.22.09.73
Fax :04.91.77.76.94

6313000.vcouteron@ffhandball.net

COMITÉ
BOUCHES DU RHÔNE
FFHANDBALL



TREIZ' HAND PERF
SUMMER 2K18

STAGE PREPARATION PHYSIQUE ET HANDBALL
Du 5 au 11 AOUT Centre Regain - Sainte Tulle (04)
FILLES ET GARCONS NES EN 2001-02-03



DU 5 AU 11 AOUT 2018

CENTRE REGAIN

SAINTE TULLE 04



Un concept sur mesure pour allier une reprise individualisée en préparation physique et perfectionnement

handball. Ce stage s'adresse à des athlètes G et F 2003-2002-2001, inscrits dans une démarche de performance.

Plaisir Travail Progrès et Partages seront les maîtres mots d'une équipe d'encadrement dynamique experte et spécialisée.

Pour cette première Edition, un parrain et une marraine de haut niveau « Made in Comité 13 Hb » ... Mathieu LIMOUSIN et Charlotte SATGE ...deux meneurs de jeu et de projets qui ceux sont illustrés au travers des Sélections départementales, régionales, Nationales, ...Parcours en Pôle Espoir... centre de formation...Eléments majeurs de Pro D2 et Nationale 1....Deux passionnés de haut Niveau pour vous accompagner sur cette semaine Boot Camp .

PLANNING TYPE

7h30 Petit déjeuner

9h00 – 10H00 PPG

10H00–11H15 Entraînements PPS

11h 30 Piscine

12h30 Repas et repos

14h30 Sorties et activités de loisirs

16h30 Savoirs faire individuels Handball

19h00 Repas

20h30 Matches / loisirs

PROTOCOLE

Prise en charge et tests d'évaluation

Fixation d'objectifs individualisés

Programme Evaluation

Entretiens individuels

ACTIVITES DE LOISIRS

Pétanque...Beach....Piscine

Aqua Game...

Animations ...Soirées



MODALITES D'INSCRIPTION

Dossier d'inscription « Stage été » 2018

- Fiche sanitaire (allergie traitement)
- Attestation de Natation
- Licence FFHB

TARIF ET MODALITES DE PAIEMENT

Le montant du stage est de **450 €** selon la carte Avantages .

1 Chèque d'arrhes d'un montant de 200 € à l'ordre du Comité 13 Handball avant le 4 juin 2018. Le solde sera réglé à l'arrivée sur place . Paiement en plusieurs fois accepté.



SE RENDRE AU STAGE

Autoroute A51, sortie Manosque , sur RN96 À la sortie de Sainte Tulle , direction Marseille.