

Programme des journées du stage Espoirs, Passions et Performances

Du 17 au 22 Février

Horaires	Lundi 17 Février	Mardi 18 Février	Mercredi 19 Février	Jeudi 20 Février	Vendredi 21 Février
13 H 00	Accueil des nageurs	Accueil des nageurs	Accueil des nageurs	Accueil des nageurs	Accueil des nageurs
13 H 15 à 14 h 25	Entraînement natation	Entraînement natation	Entraînement natation	Entraînement natation	Entraînement natation
14 h30 à 15h00	Rhabillage et collation	Rhabillage et collation	Rhabillage et collation	Rhabillage et collation	Rhabillage et collation
15 h 15 à 17H 00	PPG/Crossfit/ sport co	Escape Game ou sport co	City Sport	Escape Game ou sport co	Retour sur la séance filmée avec goûter
17H 00 à 17 H 15	Collation/Fin de journée espoirs	Collation /Fin de journée espoirs			
17h30 19h30	Entraînement Natation	Entraînement natation	Entraînement natation	Entraînement natation	Entraînement natation

La participation forfaitaire s'élève à **18 EUROS/ nageur/jour**

Le bulletin d'inscription et le chèque (à l'ordre de Lannion Natation) sont à retourner **avant le 5 Février**

Les journées ne seront maintenues que si nous avons un minimum de 8 nageurs inscrits