

STAGE JEUNES TOUSSAINT 2024 à Bapaume			
Lundi 28 octobre	Mardi 29 octobre		
Pupilles - Benjamins*			
	Petit déjeuner 07h15-7h45		
	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"> Gpe 1 Natation à la piscine Oxygène Séance spécifique triathlon 08h15-9h15 </td> <td style="width: 50%; text-align: center;"> Gpe 2 Motricité Proprio / coordination / souplesse 08h15-9h15 </td> </tr> </table>	Gpe 1 Natation à la piscine Oxygène Séance spécifique triathlon 08h15-9h15	Gpe 2 Motricité Proprio / coordination / souplesse 08h15-9h15
Gpe 1 Natation à la piscine Oxygène Séance spécifique triathlon 08h15-9h15	Gpe 2 Motricité Proprio / coordination / souplesse 08h15-9h15		
Accueil 9h00	Gouter		
Agilité vélo 10h00-12h00	Course à pied Circuit Training 10h00-11h30		
Repas 12h30-14h00	Repas 12h00-13h30		
Bike and Run 14h30-16h30	Séance aérobie sous forme de TIR athlon course à pied + tir + vtt 14h00-15h30		
Goûter 17h00	Goûter 16h00		
	Fin de stage 16h30		
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"> Gpe 1 Motricité / Proprio coordination / souplesse 18h30-19h30 </td> <td style="width: 50%; text-align: center;"> Gpe 2 Natation à la piscine Oxygène Séance technique 18h30-19h30 </td> </tr> </table>	Gpe 1 Motricité / Proprio coordination / souplesse 18h30-19h30	Gpe 2 Natation à la piscine Oxygène Séance technique 18h30-19h30	
Gpe 1 Motricité / Proprio coordination / souplesse 18h30-19h30	Gpe 2 Natation à la piscine Oxygène Séance technique 18h30-19h30		
Repas à l'institut St Eloi 20h00-21h00			
Hébergement à l'Institut St-Eloi			

*Ce programme est susceptible d'évoluer

STAGE JEUNES TOUSSAINT 2024 à Bapaume		
Mercredi 30 octobre	jeudi 31 octobre	
Minimes - Cadets - Juniors*		
	Petit déjeuner 07h00-7h30	
	Gpe 1 Natation à la piscine Oxygène 08h-8h45	7h30-08h00
Accueil 9h00		Gpe 2 Natation à la piscine Oxygène 08h30-9h15
	Gouter	
10h00-12h00 Agilité vélo	Course à pied Circuit Training 10h00-11h30	
Repas 12h30 -14h00	Repas 12h00 -13h30	
Sortie VTT 14h30-16h00	Séance aérobie sous forme de TIRathlon course à pied + tir + vtt 14h00-15h30	
	Goûter 16h00	
Goûter 17h00	Fin de stage 16h30	
Motricité Proprio / coordination / souplesse 18h00-19h00		
Repas à l'institut St Eloi 19h30-20h30		
Hébergement à l'Institut St Eloi		

*Ce programme est susceptible d'évoluer