

Fiche D'inscription au stage **IBC/ESC** du 24 Août au 27 Août.



Indre Basket Club et L'ES Couëron organisent 4 jours de stage pour les catégories U11, U13, U15, U18 F et M.

Le but de ce stage est de préparer la saison au mieux pour les jeunes. Les contenus des journées (voir tableau ci-dessous) sont principalement des séances de Basket afin de reprendre progressivement la saison sportive.

	Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27
8h30-9h45	Accueil	Accueil	Accueil	Accueil
10h-11h30	Basket + Préparation physique	Basket + Préparation physique	Basket + Préparation physique	Sortie extérieure
11h30-12h15	Basket	Basket	Basket	Sortie extérieure
12h15-13h45	Repas	Repas	Repas	Repas
13h45-17h	Basket	Activité extérieure (Dans la ville de Basse-Indre)	Basket	Activité extérieure (Extérieur à la ville d'Indre)

Ce stage sera organisé sous le thème de la reprise du basket pour les jeunes, travail des fondamentaux, mais surtout sur la bonne ambiance mis par nos stagiaires et nos encadrants.

Affaires à prévoir :

- Tenue de Basket
- Pique-nique pour les repas du midi (possibilité de le mettre dans un frigo et possibilité de réchauffer des plats)
- Tenue pour activité extérieur (chaussures de courses, affaires pour courir...)

Pour l'organisation de l'activité extérieur du Jeudi après-midi, nous vous sollicitons pour le transport des enfants, comme vous l'avez été durant les stages précédant.

Informez-nous svp ci-dessous de vos disponibilités à nous aider.

Contact inscription : Corentin CORNE corentin.corne2001@gmail.com

Tarif : 50€ par personne. -50% pour le deuxième enfant de la même famille.

Nom : **Prénom :**

Catégorie :

Disponible pour le déplacement : **Nombre de places :**

P.S : Comme vous le savez, la crise sanitaire que nous subissons maintenant depuis plusieurs mois nous oblige à vous prévenir que le stage peut être annulé ou modifié dans son organisation (ex : activité extérieure du jeudi). Nous reviendrons vers vous si cela se produisait. Nous vous demandons quand même de remplir les informations ci-dessus en guise d'information.

Merci de votre compréhension.