

STAGES VACANCES DE NOEL 2008



Stages interprovinciaux :

pour les joueurs et joueuses nés **en 1995**

du 20 décembre au 23 décembre 2008

- À Louvain-La-Neuve, Centre Adeps le Blocry pour les filles
- À Jambes, Centre Adeps de Jambes pour les garçons

Stages régionaux :

pour les joueurs et joueuses **nés en 1993 et en 1994**

du 2 janvier au 4 janvier 2009

- À Loverval, Centre Adeps La Ferme du Chateau

STAGES VACANCES DE NOEL 2008



Planning des stages interprovinciaux :

Samedi 20 décembre		Dimanche 21 décembre		Lundi 22 décembre		Mardi 23 décembre	
Horaire	Contenu	Horaire	Contenu	Horaire	Contenu	Horaire	Contenu
17h00	Arrivée des délégations	7h30	Réveil	7h30	Réveil	7h30	Réveil
18h15	Repas	8h00	Petit-déjeuner	8h00	Petit-déjeuner	8h00	Petit-déjeuner
18h45	Briefing entraîneurs	9h30–11h30	Entraînement commun AWBB	9h30–11h30	Entraînement commun AWBB	9h30–11h30	Entraînement commun AWBB
19h30–21h30	Entraînement commun AWBB	12h15	Repas	12h15	Repas	12h15	Repas
22h30	Extinction des feux	14h15–17h45	Entraînement provincial	14h15–17h45	Entraînement provincial	14h30–16h15	Entraînement commun AWBB
		18h15	Repas	18h15	Repas	16h30	Clôture du stage + débriefing
		20h00–21h30	Matches (3c/3)	20h00–21h30	Matches (3c/3)	17h00	Départ
		22h30	Extinction des feux	22h30	Extinction des feux		

STAGES VACANCES DE NOEL 2008



Planning du stage régional :

Jour	Plage horaire	Sélection 94 garçons	Sélection 94 filles	Sélection 93 garçons	Sélection 93 filles
Vendredi	9h00	Arrivée des joueurs			
	09h30 – 11h00	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
	11h00 – 12h30	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3
	12h45	Dîner			
	14h00 – 15h30	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
	15h30 – 17h00	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3
	18h00	Souper			
	19h00 – 20h30	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
20h30 – 22h00	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	
Samedi	8h15	Déjeuner			
	09h30 – 11h00	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
	11h00 – 12h30	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3
	12h45	Dîner			
	14h00 – 15h30	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
	15h30 – 17h00	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3
	18h00	Souper			
	19h00 – 20h30	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
20h30 – 22h00	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	
Dimanche	8h15	Déjeuner			
	09h30 – 11h00	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
	11h00 – 12h30	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3
	12h45	Dîner			
	14h00 – 15h30	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3	/
	15h30 – 17h00	/	Terrain 1	/	Terrain 2 et 3
	17h30	Débriefing			