

## Fiche d'inscription

( à rendre ou à renvoyer à votre entraineur ou inscrire sur Kalisport pour ABCP)

### Stage de rentrée

**Du lundi 23 aout au vendredi 27 aout 2021**

Lieu : Salle Mazurier rue Léo Lagrange Boulogne sur Mer

Nom :..... Prénom :..... Né(e) le :.....

Adresse :.....

CP :..... Ville :.....

Téléphone : ..... /..... /..... /..... /..... Portable :..... /..... /..... /..... /.....

Droit d'image sur le site des trois clubs : OUI NON

Je suis un(e) loisirs : OUI NON Classement :

Je suis un(e) compétiteur(rice) : OUI NON Classement :

**Dates de stages** : j'entoure le(s) jour(s) de présence

**Lundi 23    Mardi 24    mercredi 25    jeudi 26    vendredi 27**

Personne à contacter en cas d'accident

Nom : Prénom :

Adresse :

Téléphone :

---

#### Autorisation Parentale

Je, soussigné..... autorise mon fils, ma fille à participer au stage organisé par le SAMER TT, MARQUISE ASTT et l'ABCP Boulogne sur Mer.

Autorise l'entraineur du club correspondant à prendre toutes les décisions d'hospitalisation qui s'imposent.

Fait à le / /

## **Présentation**

L'accueil des stagiaires est prévu le lundi 23 août 2021 à 9h00 salle Mazurier rue Léo Lagrange sur Boulogne sur Mer. Fin de stage le vendredi 27 août 2021 à 17h00.

L'aboutissement de ce stage est le fruit de concertation entre les différents entraîneurs des clubs ainsi que leurs dirigeants. L'objectif sportif principal est basé sur la remise à niveau et le perfectionnement des joueurs mais aussi sur l'échange convivial entre nos trois clubs.

## **Activités**

Ces cinq journées de stage présenteront des programmes adaptés à tous les âges et tous les niveaux des stagiaires. Structurées, elles ont pour but de favoriser l'épanouissement des stagiaires au sein de leur passion.

Les trois temps forts de ce stage seront basés sur

Une préparation TECHNIQUE (services, remises, travail technique aux paniers de balles, intensité, déplacement en rythme),

Une préparation PHYSIQUE (réveil musculaire, circuit training, circuit abdominal, circuit spécifique sur les déplacements),

Une préparation MENTALE (se fixer des objectifs à l'entraînement comme en compétition)

## **Le Public**

Stage ouvert à tous du non classé aux numérotés, des loisirs aux compétiteurs de toutes les catégories.

## **A prévoir**

2 T-shirts, serviette, bouteille d'eau, raquette, basket d'intérieur et d'extérieur et le repas du midi

**Le stage est GRATUIT.....**