



ANNONCE DE STAGE

Stage Jeunes Occitanie

Montpellier (34)

6-8 Mai 2023



Course d'Orientation
Fédération Française



PUBLIC CONCERNÉ

D/H10 à D/H18 licenciés LOCCO (D/H20 pour groupe ligue), niveau vert à violet (+ accompagnateurs)



PROGRAMME

- Samedi 6 Mai : **Lieu et horaires précis à définir ultérieurement**
 - o 12:30 RV sur place (pique-nique de préférence avant, pour avoir le temps de la digestion)
 - o 12:50 briefing et échauffement
 - o 13:30 début exos
 - o 16:30 fin exos, debriefing, et dépose
 - o 17:00 gouter fourni
 - o 17:15 départ pour l'hébergement
 - o 17 :45 arrivée à l'hébergement, installation dans les chambres et douches
 - o 19:45 Repas
- Dimanche 7 Mai: **Lieu et horaires précis à définir ultérieurement**
 - o 08:00 Petit déjeuner en autonomie par club dans le bungalow
 - o 08:45 Départ de l'hébergement
 - o 09:15 briefing et échauffement
 - o 10:00 début exos
 - o 12:15 fin exos, debriefing et dépose
 - o 12:45 pique-nique fourni par le club sur place
 - o 14:00 début exos (passage balises de couleurs pour vert/bleu/jaune)
 - o 16:30 fin exos, debriefing, et dépose
 - o 17:00 départ pour l'hébergement
 - o 17:30 arrivée à l'hébergement, questionnaires (vert/bleu/jaune)
 - o 19:45 Repas
- Lundi 8 Mai: **Lieu et horaires précis à définir ultérieurement**
 - o 08:00 Petit déjeuner en autonomie par club dans le bungalow, chambres faites et bungalow nettoyé
 - o 08:45 Départ de l'hébergement
 - o 09:15 briefing et échauffement
 - o 10:00 début relais
 - o 12:30 fin relais, et dépose
 - o 12:45 pique-nique fourni par le club sur place
 - o 13:30 fin du stage et départ



TARIFS

Pour 2 nuitées du samedi soir au lundi matin (repas non compris):

- 17€ environ par jeune
- 34€ environ par adulte





ANNONCE DE STAGE

Stage Jeunes Occitanie

Montpellier (34)

6-8 Mai 2023



Course d'Orientation
Fédération Française



ACCÈS

Point de rendez-vous le samedi à 13h00 : **lieu à préciser ultérieurement**

Hébergement :

bungalows au camping « Le Plein Air des Chênes », Avenue Georges Frêche, 34830 Clapiers



LOGISTIQUE

Hébergement :

bungalows au camping « Le Plein Air des Chênes », Avenue Georges Frêche, 34830 Clapiers

Apporter draps ou duvet

Restauration : à la charge des clubs

Diners : **cafétéria à proximité, à confirmer**

3 Pique-niques (samedi midi, dimanche midi et lundi midi), 2 petits déjeuners (dimanche et lundi matin), éponge, torchon et liquide vaisselle : à prévoir par les clubs

Matériel :

- De course pour 4 séances, y compris puce
- 1 stylo ou crayon (questionnaire vert à jaune),
- 1 épingle à nourrice (suivi vert à jaune)
- Serviettes et affaires de toilette
- Montre (avec GPS si vous avez)
- Tenues adaptées à la saison (y compris pluie et soleil), chaussures avec bonne accroche



INSCRIPTIONS

Inscription en complétant le formulaire Excel ci-joint.

A renvoyer impérativement **avant le 20 Avril 2023** à : pinna.gilles@wanadoo.fr



CONTACT

Gilles Pinna: 06 75 25 82 61

Ludovic Ruiz: 06 63 43 80 78

