

STAGE DE RENTREE

Dirigeants, animateurs et licenciés EPGV

Au **CENTRE SPORTIF DE BELLECIN**
39270 ORGELET

26 et 27
septembre
2020



ACTIVITES DU SAMEDI

Parcours découverte et défis Multi-Activités
2 séances à découvrir et 3 défis :

- ◆ Brain Ball Christian MARCELLOT
- ◆ Slack Line..... Nicolas BOUESTE
- ◆ Pilates Avancé..... Brigitte THUIZAT
- ◆ Parcours d'obstacle .. Jérôme PRONOT / Dominika MENO
- ◆ Tap' Dance, spécial seniors Josette TISSIER
- ◆ Strong Nation Raphaël PEAUROUX
- ◆ Foot en marchant Cédric HENRY
- ◆ EPREUVES SURPRISES



- ◆ Et en bonus : Gévédit Claude ROUILLE
- Toutes ces activités sont proposées en libre accès de 14h00 à 16h45, inscription sur place . Vous pourrez ainsi expérimenter 2 activités de votre choix (2x45 minutes de pratique personnelle).... Et les épreuves surprises pour tous!

ACTIVITES DU DIMANCHE

Pour approfondir 2 activités choisies (2h30 chacune)

- Yoga - B. THUIZAT
- Cross Training Seniors - C. MARCELLOT
- Tschaka-Balle - N. BOUESTE
- DANSES - Les choré de la rentrée - D. MENO
- Randonnée - A. MOREL
- Trail - C. HENRY / J. PRONOT
- Paddle ou Voile / Tir à l'arc / Golf / Via Ferrata
avec les éducateurs de la base

Renseignements et inscriptions :

COREG EPGV de Bourgogne-Franche-Comté
03 80 43 88 62 ou 09 66 94 97 77
ou bfc@comite-epgv.fr



Planning

Samedi

11h00 : Accueil (remise de clé, dossier,...)

12h00 : Repas
(sur inscription)

13h30 : Ouverture du stage

14h à 16h45 : Parcours découverte et défis multi-activités

17h30 à 19h15 :
Informations et échanges

19h30 Apéritif et repas

Soirée animée par DJ...

Dimanche

9h00 à 11h30 : Activités

12h00 : Repas

13h30 à 16h00 : Activités

16h00 à 16h30 : Remise des clefs, bilan, pot de départ!

NON STOP DEUX JOURS :

Présence de Gévédit pour vos commandes

Frais de ports OFFERTS

Conditions d'inscription : Être licencié, avoir 18 ans, s'inscrire avant le **8 septembre 2020**

Tarifs :

	Animateurs et Licenciés	Dirigeants
Tout le stage en pension complète :	80 €	60 €
Sans hébergement (avec repas dimanche midi) : ...	64 €	60 €
Stage samedi uniquement (sans repas) :	35 €	35 €
Stage dimanche avec repas midi :	49 €	49 €

Ce tarif tient compte de la participation du Comité Régional EPGV de Bourgogne-Franche-Comté

Remboursement CODEP CÔTE D'OR : 25 euros pour animateurs et dirigeants (membres codir associations) pour participation au week-end complet.