

Les groupes A (ex-Elites), A' (Ex-Espoirs) et Espoirs (Ex-Jeunes), sont convoqués à la base nautique de Lissac sur Couze, du mercredi 28/08/2019 au Samedi 31/08/2019, pour un stage de reprise.

Prévoir impérativement :

- Une bouteille d'eau
- Affaires de sport (baskets, short, T-shirt)
- Affaires de natation
- Pour ceux qui ont, élastiques de renforcement musculaire
- Protection solaire

Le programme est le suivant :

<b>Mercredi 28 août 2019</b>	<b>Jeudi 29 août 2019</b>	<b>Vendredi 30 août 2019</b>	<b>Samedi 31 août 2019</b>
16h00/18h00	16h00/18h00	16h00/18h00	14h00/16h00
Multisports Préparation physique Natation	Multisports Préparation physique Natation	Multisports Préparation physique Natation	Multisports Préparation physique Natation
Lissac sur Couze	Lissac sur Couze	Lissac sur Couze	Lissac sur Couze

L'encadrement sera effectué par Jonathan et Mathias.

A cette occasion, merci de ramener le dossier d'inscription pour ceux qui ne l'ont pas fait.