



**STAGE REGIONAL N3
BELLERIVE SUR ALLIER
DU 16 AU 20 FEVRIER 2015**

Lundi	Accueil dès 9H30		10H-12H	12H45	réunion technique et installation	14H30-16H	17H-19H	19H30	R E P A S
			Séance natation 5 lignes	repas		Salle de musculature CREPS	Séance natation 5 lignes		
Mardi	A partir de 6H45	8H30-9H45	10H-12H	repas	15H-16H30		17H-19H	Séance vidéo	
	P e t i t d é j e u n e r	Salle fitness et musculature Piscine	Séance natation 5 lignes		Salle fitness et musculature Piscine	Séance natation 5 lignes			
8H30-9H45		10H-12H	15H-16H30		17H-19H				
Salle fitness et musculature Piscine		Séance natation 5 lignes	Sports collectif GTS CREPS		Séance natation 5 lignes				
8H-10H		10H30-11H30	11H45 GR Matin	15H-17H	REPOS				
Jeudi	P e t i t d é j e u n e r	Séance natation 1 ligne	Salle cardio CREPS	repas	séance natation 1 ligne		REPOS		
		8H30-9H45	10H-12H		REPOS			17H-19H	
Vendredi	P e t i t d é j e u n e r	Salle fitness et musculature Piscine	Séance natation 4 lignes	repas	REPOS		Séance vidéo		
		8H-10H	10H30-12H		15H-17H				
		Séance natation 4 lignes	GTS CREPS		séance natation 4 lignes				