

PROGRAMME STAGE EAU LIBRE

24 et 25 septembre 2016.

LIEUX	ANSE VATA	COTE BLANCHE
HORAIRES	8H00-10H00 plage du Château Royal	15H-17H00 Centre Aquatique Nautique (CAN)
ENCARDEMENT	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gil VERLAGUET ➤ Patrick DREANO 	
CONTACTS	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gil 78.15.15 ➤ Patrick 94.70.70 	
À PREVOIR	Gourde, crème solaire... nécessaire d'entraînement	
PROGRAMME	Samedi	Dimanche
	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 7h45 : Plage Château Royal ❖ 8h00 : Entraînement ❖ 10h00 : Gouter (LCN) <p style="text-align: center;">Repos</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ 15h00 : Entraînement piscine CAN ❖ 17h00 : Étirements <p style="text-align: center;"><u>Présence Obligatoire voir liste jointe</u></p>	