

CRPA Ile de France
STAGE HAUT NIVEAU
 Sauts 2010-2011

Samedi 5 Février 2011 / 13h30-18h30
Gymnase Delaune – Avenue de Verdun – Champigny sur Marne

Dimanche 6 Février 2011 / 9h30-17h
Gymnase Baldit – Rue de Stalingrad – Romainville

Groupes prévisionnels

G1 Super-mini à Espoir	G2 Mini à Jeunesse	G3 Espoir à Junior	G4 Jeunesse à Senior
Anna Bentaous Noémie Camus Fleuriane Lebas Clément Guillambert Anaïs Dru Célia Pigeard Marine Legris Amandine Vallee Mélanie Viera Léa Pinto Salma Hammami	Célia Hidouche Shanelle Gendron Charmilla Mohamed Marine Bouron Ines Hidouche Axelle Guedon Elisa Papin Sabrina Warenbourg Estelle Boulet Camille De Sa Alexandra Yamin	Clément Bouron Ludivine Malle Caméllia Cherifi Himen Farehane Laetitia Dries Lucie Champeil Jihane Saugrin Elise Frau Ouanne Bitout Nora Aichi	Frédéric Garcia Maixent Desserprit Pierre Meriel Callahan Busvelle Thomas Picard

Planning prévisionnel

SAMEDI

	G1	G2	G3	G4
13h30-14h00	Accueil – Présentation – Echauffement			
14h00-14h45	Michele <i>Patinage</i>			
14h45-15h30		Michele <i>Patinage</i>		
15h30-16h15	Arnaud <i>Patinage</i>		Michele <i>Patinage</i>	
16h15-17h00	Chadia PPG	Arnaud <i>Patinage</i>	Chadia PPG	Michele <i>Patinage</i>
17h00-17h45	Michele <i>Patinage</i>	Chadia PPG	Arnaud <i>Patinage</i>	Chadia PPG
17h45-18h30		Michele <i>Patinage</i>		Arnaud <i>Patinage</i>
18h30-19h15			Michele <i>Patinage</i>	
19h15-20h00				Michele <i>Patinage</i>

DIMANCHE

	G1	G2	G3	G4
09h00-09h30	Echauffement			
09h30-10h15	Michele <i>Patinage</i>			
10h15-11h00		Michele <i>Patinage</i>		
11h00-11h45	Arnaud <i>Patinage</i>		Michele <i>Patinage</i>	
11h45-12h30	Chadia PPG	Arnaud <i>Patinage</i>	Chadia PPG	Michele <i>Patinage</i>
12h30-14h00	PAUSE REPAS			
14h00-14h45	Michele <i>Patinage</i>	Chadia PPG	Arnaud <i>Patinage</i>	Chadia PPG
14h45-15h30		Michele <i>Patinage</i>		Arnaud <i>Patinage</i>
15h30-16h15			Michele <i>Patinage</i>	
16h15-17h00				Michele <i>Patinage</i>