

AFFRANCHIR

## Ligue du Limousin de Handball

GAIA - Maison Régionale des Sports

142, avenue Emile Labussière

87100 Limoges



COMITÉ CREUSE  
FFHANDBALL



POUR PLUS D'INFORMATIONS...

Brian PASQUET *Conseiller Technique Fédéral*  
brian-23@hotmail.fr ou 06 78 58 57 54

## HANDBALL & PLEIN AIR



*Handball & Préparation physique  
Activités de plein air & nautiques  
Tourisme & Découverte du territoire*



IRFJS - ACCÈS PAR :

- Train : Gare de Guéret ou la Souterraine.
- Route : Nationale 145 via A71 ou A20.



E-DREAMS

*Joueurs et joueuses de 2001, 2002, 2003*

# HANDBALL & PLEIN AIR



du 3 au 7 juillet 2017  
LES MONTS DE GUÉRET

### LA STRUCTURE COMPREND :

- Un hébergement en chambre collective (3 ou 4)
- Une salle de restauration
- Un foyer (Babyfoot/billard/TV)
- Une salle de musculation
- Un sauna
- Un terrain de basket

### LES ACTIVITÉS AU SEIN DE LA STRUCTURE :

- Tennis de table
- Musculation
- Randonnée
- Salle détente

### A PROXIMITÉ :

- Gymnase de Grancher (séance Handball)
- Base de loisirs de Courtille (voile et baignade)
- Le labyrinthe géant des monts de Guéret
- Les loups de Chabrières
- Chemins pédestre de la forêt de Chabrières



### LES OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

- Stage de perfectionnement
- Travail sur les fondamentaux du Handball
- Initiation aux activités de plein air
- Découverte des richesses du territoire régional
- Convivialité

### LE STAGE S'ADRESSE :

- Aux jeunes nés en 2001, 2002, 2003
- Filles et Garçons (joueurs et GB)

### L'ENCADREMENT :

- Des entraîneurs diplômés d'Etat et Fédéraux
- Des animateurs (BAFA)
- Un directeur de stage
- Un préparateur physique

### LES TARIFS :

- 340 euros la semaine (Bon CAF, chèque vacances... acceptés)



### PLANNING PRÉVISIONNEL

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : brian-23@hotmail.fr ou 06 78 58 57 54

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PETIT DEJ.		8h00	8h00	8h00	8h00
MATIN	9H30 Accueil et installation	9H30 ► GRANCHER Guéret Séance handball et AMA* (Groupe 1)	9H00 ► GRANCHER Guéret Séance handball (PPG + opposition) (Groupe entier)	9H00 ► GLÉNIC Canoë (Descente de la Creuse) (Groupe 1)	9H30 ► GRANCHER Guéret Séance handball (Groupe 1)
		9H00 Sortie VTT (Groupe 2)		9H30 ► GRANCHER Guéret Séance handball (Groupe 2)	9H30 ► COURTILLE Guéret Tir à l'arc (Groupe 2)
REPAS	12h00	12h30	12h30	12h30	12h30
APRÈS MIDI	13H30 Course d'orientation (Groupe entier)	14H00 Sortie VTT (Groupe 1)	14H00 ► COURTILLE Base de loisirs Baseball & Baignade (Groupe entier)	14H30 ► GRANCHER Guéret Séance handball (Groupe 1)	14H00 ► COURTILLE Guéret Tir à l'arc (Groupe 1)
	17/19H ► GRANCHER Séance handball (Groupe entier)	14H00 ► GRANCHER Guéret Séance handball et AMA* (Groupe 2)		14H00 ► GLÉNIC Canoë (Descente de la Creuse) (Groupe 2)	14H00 ► GRANCHER Guéret Séance handball (Groupe 2)
REPAS	19h30	19h00	19h00 Barbecue	19h00	
SOIRÉE	Jeu d'improvisation	Cinéma / Tournoi TT	Feu de camp ► COURTILLE	Soirée Boum	17H FIN DU STAGE

(\*Ateliers de Motricité et d'Athlétisation)

(Horaires et activités sous réserve d'éventuelles modifications)

Souhaite recevoir le dossier d'inscription

Nom : ..... Prénom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... E-mail : .....

Club si licencié(e) : .....

Responsable légal de l'enfant : .....

Taille T-shirt :  XS  S  M  L

**STAGE du Lundi 3 (9h30) au Vendredi 7 (17h) juillet 2017**

**DEMANDE DE DOSSIER D'INSCRIPTION**  
Nombre de places limité, les inscriptions seront prises dans l'ordre d'arrivée à la ligue