



C.R.E.G.E.

3^{ème} rassemblement : Amnéville 26 et 27 juillet

Groupe 1

Jour 1 :

8h – 9h : Arrivée des entraîneurs – Présentation des 2 jours

9h – 10h : Accueil joueurs/euses – distribution des tenues

10h – 10h15 : Echauffement / Prévention blessure

10h15 – 11h : Triplette notée

11h – 11h45 : Doublette notée

12h – 13h15 : Pause repas

13h15 – 13h20 : Echauffement / Prévention blessure

13h20 – 13h30 : Point sur la connaissance du règlement (5 questions / catégorie)

13h30 – 14h30 : Analyse de mènes avec les doublettes du matin

14h30 – 16h : Combiné individuel

Passage de qualification, classement suivant le score puis demi-finale et finale A, B, C.

16h – 16h20 : Pause gouter

16h20 – 17h : Relais par 6



JOUR 2 :

8h30 – 9h : Présentation de la journée + Échauffement / Prévention blessure

9h : Ateliers trophées pépites (les joueurs ont des fiches individuelles et vont d'ateliers en ateliers)

10h15 – 10h30 : Pause

10h30 – 11h : Ateliers pépites (suite)

11h – 12h : triplette notée

12h – 13h15 : Pause repas

13h15 – 13h20 : Echauffement / Prévention blessure

13h30 : Trophée des pépites

1^{ère} partie notée en triplette en 13 points ou 1H + 2 mènes

Chaque partie vaut 1 point

14h45 : pause

15H : 2^{ème} partie notée en doublette en 13 points ou 1H + 2 mènes

16h30 – 17h30 : Débrief avec les entraîneurs