

# CLUB DE HOCKEY DE ROUEN

du 21 au 27 août 2011

Coachs : D. Babka, A. Sucre

**G1**

1997 - 98 - 99

**SB**

Conctact : 02.35.15.49.60

Vestiaire

Email :

Site :

dim. 21 août 11	lun. 22 août 11	mar. 23 août 11	mer. 24 août 11	jeu. 25 août 11	ven. 26 août 11	sam. 27 août 11
	8h00 RDV	8h00 RDV	8h00 RDV	8h00 RDV	8h00 RDV	9h00 RDV
	8h30 - 9h30 Glacé	8h30 - 10h30 Hors Glacé	8h30 - 9h30 Glacé	8h30 - 9h30 Glacé	8h30 - 10h45 Hors Glacé	9h00 - 11h30 Entretiens
	9h45 - 11h15 Hors Glacé	11h00 - 11h45 Déjeuner	9h45 - 11h15 Hors Glacé	9h45 - 11h15 Hors Glacé		
	11h30 - 12h15 Déjeuner		11h30 - 12h15 Déjeuner	11h30 - 12h15 Déjeuner		11h30 - 12h00 Goûter
	12h30 - 13h15 Théorie + Repos	12h15 - 13h30 Glacé	12h30 - 13h15 Théorie + Repos	12h30 - 13h15 Théorie + Repos	12h30 - 13h30 Glacé	12h00 - 12h30 Echauffement
13h00 - 14h00 Accueil						13h15 - 14h15 <b>MATCH</b>
	13h45 - 15h15 Glacé	13h45 - 14h45 Repos ou Théorie	13h45 - 15h15 Glacé	13h45 - 15h15 Glacé	13h45 - 14h45 Repos ou Théorie	
14h15 - 15h45 Mise en place Vestiaire+Réunion						
	15h30 - 16h00 Goûter	15h00 - 16h30 Hors Glacé	15h30 - 16h00 Goûter	15h30 - 16h00 Goûter	15h00 - 16h30 Hors Glacé	
	16h15 - 17h15 Hors Glacé	16h30 - 17h00 Goûter	16h15 - 17h15 Hors Glacé	16h15 - 17h15 Hors Glacé	16h30 - 17h00 Goûter	
16h00 - 17h45 Tests Physiques						
	17h30 - 18h15 Piscine	17h15 - 18h30 Glacé	17h30 - 18h30 Piscine	17h30 - 18h30 Piscine	17h15 - 18h30 Glacé	
18h15 Départ						
	19h00 Départ	19h00 Départ	19h00 Départ	19h00 Départ	19h00 Départ	