



Stage de patinage artistique

Alpe d'huez

du 21 au 27 Juillet



Encadrement:

Stella Salsini BPJEPS patinage artistique et patinage artistique synchronisé

Le stage de patinage se déroulera sur la patinoire découverte de l'alpe d'huez. Pour un moment de partage et de convivialité. Et ce clôturera par un gala le vendredi soir.

Ce stage est prévu pour tous les niveaux et tout âges, différents groupes d'entraînement, seront repartis sur la glace et à différentes heures.



Programme:

Niveaux A : Apprentissage technique

2h45 de glace , échauffement et étirement, activités sportives variées chaque après midi.

Niveaux B : Apprentissage des premier saut

1h30 de glace , échauffement et étirement, activités sportives variées chaque après midi.

Niveaux B1: idem niveaux 1 sans les activités sportives

Niveaux C : Débutant

45 min de glace, échauffement et étirement, activités sportives variées chaque après midi.

Niveaux C1 : Idem niveaux C sans les activités sportive



Matériel nécessaire:

Patin, tenues de patinage (tunique de patinage si vous avez)

Baskets et tenues de sport

Lunette de soleil (obligatoire) crème solaire

Maillot de bain

Compétiteurs: CD de programme

Modalité d'inscription:



Faire parvenir:

- La fiche d'inscription et la fiche de décharge
- Confirmation au plus tôt

Le solde du stage sera à régler pendant le stage

Un stagiaire peut être exclu si son comportement nuit au bon fonctionnement du stage, dans ce cas aucune indemnité ne sera versée.

La patinoire étant découverte, si les conditions météorologiques ne permettent pas l'accès à mal glace, des activités hors glace seront mises en place le cas échéant (travail chorégraphique, travail spécifique au sol, assouplissement etc...)

Remise de 10% pour les licenciés du club de l'Alpe d'Huez



Coordonnées:

Stella Salsini

0612553574

Mail: stellasalsini@hotmail.fr

Adresse pour les documents:

176 avenue des jeux
38750 Alpe d'huez



Fiche d'inscription

NOM:

Prénom:

Date de naissance :

Adresse:
.....
.....

Téléphone (joignable pendant les jours de stage) :.....

Telephone 2 :

Mail:

Club:

N°Licence :

Dernière médaille obtenue :
.....

Entourez le tarif correspondant à votre choix:

Niveaux A	Niveaux B	Niveaux B1	Niveaux C	Niveaux C1
280 €	160 €	80 €	120 €	50 €

Le stagiaire ou son responsable légal reconnaît avoir pris connaissance des conditions d'inscription et les accepte.

Fait à

Le

Signature

Fiche de décharge

Je soussigné M./Mme

.....
Autorise Mme Stella SALSINI à prendre toutes dispositions en cas d'urgence pour mon
enfant
.....

Fait à

Le

Signature