



STAGE VACANCES FEVRIER EN BASSIN DE 50 M

Le Club de Caudan Natation souhaite organiser un stage en bassin au 50m au mois de février. Vous trouverez ci-dessous le programme prévisionnel qui peut évoluer en fonction des différents retours.

Objectif : assurer aux nageuses et nageurs du Club une progression optimales et préparer les prochaines échéances de compétitions.

Catégorie : Juniors et benjamins ayant la capacité de réaliser une séance en bassin de 50m

Date : du lundi 16 février au vendredi 20 février 2026

Lieu du stage : Complexe d'entraînement sportif international «la cité verte » - HAGETMAU



Programme du stage :

Lundi 16 février :

- Début du stage, transport jusqu'à HAGETMAU
- Une séance d'entraînement de 2H en fin d'après-midi ou début de soirée

Mardi 17 février, Mercredi 18 février, Jeudi 19 février :

- Une séance d'entraînement de 2H en matinée
- Activités diverses (Sports collectifs, renforcement musculaires et étirements, course d'orientation...)
- Une séance d'entraînement de 2H en fin d'après-midi ou début de soirée

Vendredi 20 février :

- Une séance d'entraînement de 2H en matinée
- Fin du stage, transport jusqu'à CAUDAN

Hébergement, petit déjeuner, déjeuner et diner : au sein de la cité

Encadrement nécessaire : la présence de deux parents minimums est nécessaire, nous vous remercions par retour de mail (commsportive.caudannatation@gmail.com) de nous confirmer la possibilité de votre présence même sur un ou deux jours du stage afin de réaliser un roulement. (Intendance, encadrement jour et nuit....)

Coût : **400€** maximum