



STAGE ASPET

Août 2010

Du 22 au 29 août



**Pour les pré-ados, ados et adultes (à partir de 8 ans)
RELAIS DU BOIS PERCHE – 31160 Aspet
Du dimanche 17h au dimanche 17h**

Programme de la semaine :

Taekwondo : perfectionnement technico-tactique de combat
préparation physique générale et spécifique
mini-tournoi par poules



Objectifs : Préparation des compétitions du 1^{er} trimestre (Open Toulouse et TIP pour les juniors-seniors, championnat régional)

Activités sportives piscine, foot, tennis, ping-pong, cinéma, ballade en forêt, feu de camps, grands jeux, concours international de « blonderies », réalisation d'un film sur le séjour

Prévoir : Une bouteille d'eau - Vêtement de sport et de rechange - Vêtement chaud et de pluie - Chaussure de sport (2 paires) - Doboock - Sac de couchage - Trousse de toilette - Serviettes de bain (pour la douche et la piscine)

Tarif : 295 € / semaine
(une ou plusieurs journées possibles - tarif 50 €/jrs)
Inscription : Coupon réponse + Règlements & Fiche sanitaire

AVANT 1 JUILLET



Contact : Eric Da Silva 06 14 18 06 12
Didier Michel 06 16 70 08 07

✂ *Coupon d'inscription à découper et ramener avec la fiche sanitaire*

Je soussigné M., Mme autorise mon (ou mes) enfant(s) à participer au stage d'été organisé à Aspet du 22 au 29 août 2010.

Fait à Le

Signature :