

**STAGE D'AOÛT SEMAINE 1 GROUPE COMPÉTITION (HORS INDIVIDUELLES)**

Semaine 1	LUNDI 16 AOÛT 2021	MARDI 17 AOÛT 2021	MERCREDI 18 AOÛT 2021	JEUDI 19 AOÛT 2021	VENDREDI 20 AOÛT 2021
9H-12h	Préparation physique	Mini Olympiades	PLAGE	Préparation Corporelle	Echauffement à l'engin
	GR	GR		GR	Répétition spectacle
<b>PAUSE REPAS</b>					
14h-17h	BOWLING	Préparation Spectacle	Préparation Spectacle	Préparation spectacle	SPECTACLE DE FIN DE STAGE
		Yoga	Lancé et échanges	Se coiffer et se maquiller en GR	

**STAGE D'AOÛT SEMAINE E GROUPE COMPÉTITION (HORS INDIVIDUELLES)**

Semaine 2	LUNDI 23 AOÛT 2021	MARDI 24 AOÛT 2021	MERCREDI 25 AOÛT 2021	JEUDI 26 AOÛT 2021	VENDREDI 27 AOÛT 2021
9H-12h	Préparation physique	Echauffement à l'engin	PLAGE	Préparation Corporelle	Echauffement Collaboration
	GR	GR		GR	Répétition spectacle
<b>PAUSE REPAS</b>					
14h-17h	Tir à l'arc	Préparation spectacle	Jeux par groupes	Préparation spectacle	SPECTACLE DE FIN DE STAGE
		Sophrologie	Préparation Spectacle	Apprendre à faire son chignon	

