

**Un stage préparatoire à la saison 2008/2009
les 20 et 21 septembre à Lestelle Bétharram.**

Pourquoi ?

Où ?

Comment ?

Pourquoi ?

Les objectifs de ce stage sont définis comme suit :

- α créer un groupe de joueurs solidaires sur et en dehors du terrain,
- α améliorer la préparation physique, technique et tactique grâce à trois entraînements consécutifs avec l'ensemble des joueurs.

Où ?



Hôtel
le Central**

Restaurant
"chez Coustet"

Terrasse - Jardin
Menus touristiques et gastronomiques
Spécialités régionales

2, avenue de Bétharram
64800 LESTELLE
tél : 05 59 71 92 88
fax : 05 59 71 96 24

au carrefour des Pyrénées...

le Central

Hôtel



à

LESTELLE-BETHARRAM



Restaurant
"chez Coustet"



espace bar



salle de restaurant



Programme du Samedi 20 septembre

8 heures précises : départ salle du temps libre (le transport se fera en voitures particulières, co-voiturage en priorité par les dirigeants),

9 H 45 : accueil café à Lestelle (Hôtel Restaurant Le Central)

de 10H30 à 12H30 : entraînement

13 H : repas

de 15 H à 16 H : travail en salle

de 16H30 à 19H00 : entraînement

20 H : repas et soirée « entre nous », concours de pétanque et cartes (apporter boules et cartes à jouer).

N.B. : Il est exclu que quiconque quitte le lieu du stage.

Programme du Dimanche 21 septembre

8 H30 : petit déjeuner

9 heures 45 : accueil café à Lestelle à

de 9H30 à 11H30 : entraînement

12H30 : repas

Retour à Castelnau dans l'après-midi.











Bilan du stage :

Très positif tant sur le plan sportif que sur le plan humain.

Merci aux dirigeants et aux joueurs pour leur engagement.

Merci à Francis COUSTET et Michel HAUSER
pour leur générosité.

Contrairement à ce que montrent les images, on n'a pas fait que
« bouffer » et « pinter ».