



## BASE DE LOISIRS DES BOUCLES DE SEINE (78)

### informations

- Joueurs et joueuses âgés de 11 à 16 ans (nés entre 2008 et 2013)
- Déjà licenciés FFR ou dans une association sportive scolaire (UNSS-UGSEL)

Désirant se préparer  
physiquement et  
techniquement pour la saison  
**2024-2025**

---

Réservation uniquement  
par mail



**2 sessions au choix :**

**Du 30 juin au 05 juillet 2024**  
**Du 25 août au 30 août 2024**

**PRIX 500€**  
**PAR INSCRIPTION**

**CONTACT**

01.30.50.09.24  
[cdrugby78990@gmail.com](mailto:cdrugby78990@gmail.com)

**COMITE  
DEPARTEMENTAL DE  
RUGBY DES YVELINES**





## QUELQUES PRECISIONS

- La base de loisirs des Boucles de Seine se situe au cœur d'un cadre naturel exceptionnel à 70 km de Paris, dans les Yvelines.
- Autour d'un lac de 120 hectares particulièrement bien adapté aux activités nautiques, s'étendent forêt, chemins de promenades, aires de détente et plages de sable fin.
- Les stagiaires seront hébergés en chambres de 2 à 4 personnes, avec sanitaires et douches privés.

## ACTIVITES

- Les stagiaires pratiqueront 4 heures de rugby par jour : technique individuelle, découverte du rugby à 7, beach rugby, flag rugby...
- Les stagiaires découvriront d'autres activités: le tir à l'arc, la voile, le paddle, acrobranche, baignade....
- Veillées organisées autour des jeux de société

## JOURNEE TYPE

- 8h30: Lever
- 9h00: Petit déjeuner
- 10h00: Activités loisirs
- 12h30: Déjeuner
- 14h: Terrain de rugby
- 17h30: Goûter
- 18h00: Rugby en opposition (XV, 7, Beach...)
- 19h30: Dîner
- 21h00: Veillées
- 22h30: Coucher

## Encadrements par des diplômés d'état



## BULLETIN PRE- INSCRIPTION

Nom

Prénom

Adresse

Date de naissance

Club

Téléphone parents

Stage 30 juin – 05 juillet

Stage 25 août– 30 août

**LE BULLETIN DE PRE-INSCRIPTION  
DOIT ETRE FOURNI PAR MAIL AVEC  
UNE CAUTION DE 120€**