

# PROGRAMME PREVISIONNEL 25-04-2015

## SPEED SLALOM (niveau BLANC-JAUNE - ORANGE)

- 9h00 – Accueil des participants (24 max)
- 9h30 – Echauffement
- 9h45 – Speed: ateliers techniques
- 10h45 – Speed: défis et jeux
- 11h30 – Speed : ateliers techniques et tournoi

12h15 – *Pause déjeuner (prévoir le pique-nique)*

## SKATECROSS (niveau BLANC-JAUNE - ORANGE)

- 13h15 – Reprise du stage
- 13h30 – Echauffement
- 13h45 – Skatecross: ateliers techniques
- 14h45 – Skatecross : défis et jeux
- 15h45 – Skatecross : tournoi
- 16h15 – Etirements, Bilan, Débriefing, Questionnaire satisfaction
- 16h30 – Fin du stage

### Infos :

*Date* : le 25 Avril 2015

*Adresse du gymnase* : Gymnase de Fitelle - 81100 Castres

*Localisation GPS* : 43.598357,2.240242 ([Lien google map](#))

*Places disponibles* : 24 places disponibles

*Moniteur* : Kévin DOUSSAINT / 06 38 55 27 14 / kev@castres-roller.com

