



# Stage de Saint-Brieuc du 28 et 29 Octobre 2017

## **SAMEDI**

- 10h30 **Ouverture du stage**
- 11h00 Test VMA
- 12h30 Repas
- 15h30 Spécifique long
- 19h30 Repas
- 20h30 **Soirée à thème et diverses informations**

## **DIMANCHE**

- 8h00 Petit-déjeuner
- 9h30 Sortie longue en endurance
- 12h00 Repas
- 14h30 Technique
- 16h30 **Bilan et fermeture du stage**



*Lieu de stage :  
Stade Hélène BOUCHER  
68 Rue Pinot Duclos,  
22000 Saint-Brieuc  
Hébergement :  
Auberge de jeunesse*