



Racing Club Nantais

INVITATION

# STAGE JEUNES

ATHLÉTISME PERFECTIONNEMENT

23/24 MARS 2019



- Les objectifs :
- 1 Te perfectionner dans ta/tes disciplines
  - 2 Préparer les compétitions estivales
  - 3 Prendre du plaisir

*La Baule*

40€ / 2 jours

CONTACT : ANTOINE ROY - 07.61.10.00.44

# Racing Club Nantais



Stade Michel Lecointre  
2 Boulevard Maurice Bertin  
44200 Nantes  
09.83.99.22.57  
<http://rcnantais.fr>



Racing Club Nantais

## STAGES DE PREPARATION AUX COMPETITIONS – RCN - SAISON 2018/2019

Jeunes athlètes,

Ton investissement aux entraînements et ta bonne humeur au cours de la saison hivernale 2018/2019 m'amènent à te proposer de poursuivre ta formation athlétique en réalisant notre Stage de Préparation à la saison Estivale.

J'ai donc le plaisir de te convoquer au *Stage Benjamins – Minimes* de perfectionnement qui se déroulera **le 23 et 24 Mars 2019** à La Baule.

Ce Stage de Préparation a pour but de te préparer physiquement et techniquement aux compétitions estivales, notamment aux départementaux d'Épreuves Combinées, de Triathlons ainsi qu'aux compétitions collectives tel que les Equip' Athlé.

Le groupe sera hébergé au centre de stage « Jean Maurel » la nuit du 23 Mars 2019, le repas du samedi soir, dimanche matin et dimanche midi seront pris sur ce même lieu.

- **Rendez-vous** : le 23 Mars 2019 à 9h30 au centre de stage « Jean Maurel », 16 Avenue des Ondines, 44500 La Baule
- **Participation** : une participation de 40.00 € te sera demandée (chèque à l'ordre du RCN sauf chèque ANCV),
- **Inscription** : Que tu devras renvoyer par courrier avec **le coupon réponse et l'autorisation parentale complétée**
- **Accueil** : Tu seras accueilli (e) au centre par les entraîneurs et particulièrement par Antoine ROY, directeur du stage (07.61.10.00.44).
- **Affaires nécessaires** : Ton nécessaire de toilette, des affaires de pluie, tes affaires de sport, ta paire de pointe ainsi qu'une bouteille d'eau.
- **Soirée** : une activité commune sera organisée lors de la soirée passée au centre
- **Règlement intérieur** : pas de sortie du centre **sans la présence d'un cadre**. Retour en chambre à 22H45 et extinction des feux à 23H00, au plus tard.
- **Fin du stage** : Le stage se terminera à 17h

A bientôt,

Antoine ROY  
Responsable Jeunes du Racing Club Nantais  
07.61.10.00.44 / [antoineroy.rcn@gmail.com](mailto:antoineroy.rcn@gmail.com)

Le stage, organisé par le Racing Club Nantais, et réservé aux athlètes licenciés du club doit permettre d'apporter aux participants un complément performant à leur activité habituelle et doit se dérouler dans les meilleures conditions.

L'encadrement doit prendre toutes les mesures nécessaires pour la sécurité, la santé physique et morale des participants. Les règles suivantes doivent être admises et respectées de tous :

- 1) Le programme de stage est fixé par le directeur du stage, en liaison avec les intervenants. Il prévoit les plages horaires de séances sur le terrain et des activités annexes (animation de la veillée). Aucune sortie individuelle ne sera autorisée pendant le stage.
- 2) Le respect mutuel entre stagiaires, cadres et personnels du lieu d'accueil est le principe fondamental de leurs relations.
- 3) Le bon déroulement du stage implique des règles de vie acceptées de tous notamment
  - être ponctuel
  - ne pas dégrader les lieux d'hébergement, de pratique et d'activité.
- 4) La récupération doit être présente au cours du stage afin que celui-ci soit pleinement profitable. Elle s'appuie sur les qualités réparatrices de sommeil, l'hygiène et le respect d'une diététique élémentaire. La consommation d'alcool et de drogue est strictement prohibée.
- 5) Le non-respect d'autrui et tout comportement portant atteinte à la moralité, à l'image de l'athlétisme, ou plus généralement au bon déroulement du stage, pourront être sanctionnés par l'organisme responsable de ce dernier.

Fait à :

Le :

Nom :

Signature des parents et de l'athlète:

---

**Coupon à retourner AVANT LE LUNDI 11 Mars 2019, au :**

**Racing Club Nantais, Stade Michel Lecointre, 2 Boulevard Maurice Bertin, 44200 Nantes**

Nom : .....

Prénom : .....

Dominante technique : ...../.....

Date : .....

Signature : .....

Seulement les 50 premières inscriptions seront retenues.

Je soussigné(e) NOM:.....Prénom.....

Agissant en qualité de Père, Mère, Tuteur, Tutrice (1)

de l'enfant, NOM:.....Prénom:.....

N° de licence FFA : .....

Déclare avoir pris connaissance des conditions d'organisation du séjour, du règlement intérieur et

1. autorise mon enfant à participer à toutes les activités du stage ;
2. autorise le directeur du stage et l'encadrement technique à prendre le cas échéant toutes les mesures (traitements médicaux et paramédicaux, hospitalisation, interventions chirurgicales) rendues nécessaires par l'état de l'enfant (2) ;
3. autorise un des membres de l'encadrement à transporter mon enfant dans son véhicule personnel en cas de nécessité ;
4. m'engage à venir chercher mon enfant en cas d'exclusion pour non-respect du règlement intérieur des stages de la FFA.

Fait à .....le .....

Signature :

Personne à prévenir en cas d'accident :

Nom : ..... Prénom : .....

Tel : ..... Mobile : .....

(1) rayer les mentions inutiles

(2) en cas de contre-indication médicale, allergies,.... prière de nous en informer.