



La Commission Nationale des Courses de Ski Nordique organise un stage de cohésion et de préparation physique à Engreux début juillet.
Équipe nationale & jeunes compétiteurs licenciés

Arrivée le dimanche 9 juillet en fin d'après-midi
Retour le vendredi 14 juillet après le repas du soir

Encadrement :

Pierre Ribeyron, David Rastouil, Alain Polmans, Nicolas Heldenbergh, Gabrielle Magis

Hébergement : Centre ADEPS « Les 2 Oûtes » -
Engreux - 6663 Houffalize

Activités au programme :

rollerski skating et classique, mise en condition physique, kayak, marche nordique, escalade, stretching, ...



Prix : 300€ maximum tout compris
(déplacements sur place, pension complète, activités, encadrement)
Le prix exact sera donné à la fin de la période des inscriptions.

Pour toutes informations supplémentaires, n'hésitez pas à contacter
Gabrielle Magis (gabymagis@gmail.com 0473 91 04 03)



**Afin de pouvoir finaliser l'organisation du déplacement, il est obligatoire de s'inscrire et de payer un acompte pour le 20 mai au plus tard.
Les inscriptions sans le versement de l'acompte ne seront pas prises en considération.**

Pour s'inscrire au stage, il faut :

- Envoyer un mail à gabymagis@gmail.com avant le 20 mai, en mentionnant votre nom, adresse postale, adresse e-mail, club
- Payer 150 euros sur le compte « FRBS»: BE95 2200 9909 7458 avant le 20 mai. (avec en communication « ENGREUX 2017 »)