Bonjour à tous,

**Le samedi 22 juillet 2024, tout le monde a rendez-vous pour 08h45**

**au Palais Omnisports Joseph Claudel**

**Rue du 12ème Régiment d’Artillerie Prolongée**

**88100 SAINT DIE DES VOSGES**

Vérification des inscriptions et corrections éventuelles.

**Début du stage à 09h00 - Salle 1**

* Echauffement collectif

Répartition par groupe, en fonction du niveau technique. Tous les athlètes restent au Palais Omnisports et seront dirigés vers leur salle d’entraînement.

Roulement sur 4 groupes :

* 3 intervenants twirling – Hidekazu NOGUCHI - Xavier PAPIN et Nicolas DREUMONT
* 1 intervenant danse – Allan REVILLON
* 1 intervenant Gymnastique

Pour le midi – Les repas froids tirés du sac seront pris sur place

**Le soir – arrêt du stage à 17h00**

***Idem pour le dimanche. Horaires 9h00-17h00***

Je reste à votre disposition pour tout renseignement complémentaire UNIQUEMENT par mail : saintdietwirling@gmail.com