

Stage au Canet 2017

Informations

● Voyage

Les trajets aller et retour se feront en TGV. En gare de Paris **GARE DE LYON**

Voyage	RDV	Départ	Arrivée	N° de train
Aller (8/04/17)	9h00	10h07	15h08	6063
Retour (15/04/17)		17H48	22H45	6222

● Les Valises

Vous trouverez une liste des indispensables :

IMPORTANT : Prévoir un pique-nique pour le samedi midi

Affaires de natation :

- Maillots de bain : x3
- Serviette de bain : x3
- Bonnet de bain : x2
- Lunettes de piscine : x1
- Lunettes de piscine **fumées** : x1
- Palmes
- Plaquettes
- PullBoy
- Planche
- 1 sac de sport pour la piscine

Tous les jours :

- Vêtements qui « ne craignent pas »
- 1 paire de chaussures de sport
- Equipement USRO (Short + T-Shirt)
- Pantalon ou short pour courir
- Sac de voyage (Avec roulettes, « Vivement conseillé »)
- Gourde

Trousse de toilette :

- Crème solaire
- Crème hydratante

Pour les équipements de natation (Palmes, PullBoy etc... Vous pouvez vous rapprocher du club, qui peut passer une commande avec un tarif de groupe)

● Le centre et les entrainements

Adresse du centre :

Malibu Village - 141 Avenue des Hauts de Canet
66140 Canet-en-Roussillon

Entrainements :

Planning de la semaine communiqué dans un second temps.

Centre de Natation Arlette Franco - Rond-Point Général de Gaulle, 66140 Canet-en-Roussillon

● Consignes particulières

- ▶ Limiter les provisions en confiseries, friandises, etc...
- ▶ Laisser le nageur vous contacter pour les « nouvelles du jour ». En cas d'urgence, vous pouvez joindre à tout moment le numéro suivant : **06 72 79 07 03 (Arthur)**
- ▶ Limiter les jeux vidéos et objets de valeur