

STAGE DEPARTEMENTAL 28 EDC

CHRONO KIDS TOUR CVL

Mercredi 1 avril / Hippodrome de Chartres (Entrée à coté piscine l'Odysée)

14h45/17h00 / Pupille- Benjamin



Programme prévisionnel :

14h00/14h30 : accueil , émargement, planning de l'après-midi

14h30/15h00 : Echauffement collectif sur l'anneau

15h00/16h45 :

1 groupe pupille et 1 groupe benjamin en alternance

Travail et test sprint/vitesse 80m/100m/120m/140m

Travail et test CLM par équipe sur l'anneau de 1km plat (+ exo poursuites si possible)

16h40/17h00 : Bilan, clôture + collation

Inscription avant le 02 02 20 **UNIQUEMENT** sur :

<https://www.linscription.com/activite.php?P1=36506>