

Coupe du monde Val d'Isère SCGO 1850

10 et 11 Décembre 2016

Organisation

- Départ 17h 15 vendredi 9 décembre sur le parking du club.
Prévoir un repas pour le soir ou 15€ pour manger sur la route.
- Journée de Samedi :
 - 07H30 Lever, Petit déjeuner
 - 08H45 Départ du fourgon pour Val (15 min)
 - 09H30 1^{er} manche (GS Samedi et SL Dimanche)
 - 12H30 pique-nique
 - 13H30 2^{ème} manche
 - 16H00 à 18H30 Préparation physique, piscine, sport C.O, séance d'étirements...
Devoir avant ou après la Préparation physique
 - 18H30 à 19H30 Douche, temps libre
 - 19H30 à 20H30 Repas
 - 20H30 à 21H00 Temps libre
 - 21H00 Extinction des feux
- Les téléphones portables, les lecteurs MP3/MP4 et les ordinateurs seront retirés aux enfants à 21H00 le soir et leur seront rendus le lendemain à 8H30 et seront interdits à table.
- Retour dimanche 11 entre 18H00 et 19H00

Liste des affaires à ne pas oublier

- Lunettes, gants et bonnet.
- Sac d'école.
- Tenues de ski et chaussures pour aller dans la neige
- Tenues de sport.
- Paire de baskets
- Maillot de bain + une pièce de 1 euro pour le casier + une serviette de bain (Slips sous bermudas interdit pour les garçons !!!) pour la piscine
- Crème solaire
- Sac à dos, gourde, Barres de céréales et/ou pâtes d'amande
- Jeux de société et jeux de cartes
- **Son propre petit déj**
- **Pyjama et sac de couchage**
- **Affaires de toilettes serviettes...**

Liste des affaires à oublier absolument !

- Jeux vidéo portatifs.
- Skate boards, trottinettes...
-

- **les entraîneurs**