



IMBC92

ISSY-LES-MOULINEAUX
BADMINTON CLUB

Stage d'automne 2018 de L'IMBC92

Public ciblé : Jeunes (poussins compétiteurs, benjamins, minimes, cadets et juniors)

Objectif : développement tactique, technique et physique.

Nombre maximum de participants : 24

Tarif : 150€ par personne

Encadrants : Vincent Legras / Vidre Wibowo

Date et lieu du stage :

Lundi 22, Mardi 23, Mercredi 24 et Jeudi 25 octobre 2018

Palais des sports

4/6 bvd des frères Voisin

92130 Issy-les-Moulineaux

Organisation :

Lundi, Mardi et Jeudi 10h à 16h30 avec pause déjeuner.

Volants en plume et collation (16h) fournis. (Prévoir pique-nique)

Mercredi 24 journée d'observation des champions aux internationaux de France (Stade Pierre de Coubertin, place incluse, trajet 15 min)

Séance Type

Echauffement collectif et jeux de mise en route

Situations d'entraînement physique et technique le matin.

Pause déjeuner entre 12h30 et 13h30

Travail tactique, jeux à thèmes et matchs l'après-midi.

IMBC92 - Association agréée Jeunesse & Sports - N° SIRET 41133295000012
5 avenue Jean Bouin, 92130 ISSY-LES-MOULINEAUX - Tel : 06 86 40 36 23 - Email : club@imbc92.fr - Site internet : www.imbc92.fr



HUAWEI





IMBC92

ISSY-LES-MOULINEAUX
BADMINTON CLUB

Programme

Lundi 22 octobre (orientation jeu en simple)

Matin : échauffement collectif, puis alternance entre des exercices physiques et techniques conclus par un jeu à thème.

Pause déjeuner

L'après-midi : développement de l'intention tactique avec des situations semi-ouvertes et des jeux à thèmes.

Matches

Mardi 23 octobre (orientation jeu en double)

Matin : échauffement collectif, puis alternance entre des exercices physiques et techniques conclus par un jeu à thème.

Pause déjeuner

L'après-midi : développement de l'intention tactique avec des situations semi-ouvertes et des jeux à thèmes.

Matches

Mercredi 24 octobre Journée aux IFB

Jeudi 25 octobre

Matin : échauffement collectif, puis mini tournoi en simple.

Pause déjeuner

L'après-midi : mini tournoi en double pour terminer le stage.

Plus d'informations :

- en s'adressant directement aux entraîneurs.
- ou en contactant: inscriptions@imbc92.fr (objet: stage automne 2018)

Bulletin d'inscription et règlement (de préférence par chèque à l'ordre de l'IMBC92) à renvoyer à :

IMBC92
5 avenue Jean Bouin
92130 Issy-les-Moulineaux

Stage d'automne 2018

Je participe !

Nom : Prénom :
Téléphone :
Email :

Je soussigné(e) autorise mon enfant
..... à participer au stage d'automne de
l'IMBC92, et m'engage à prévenir les entraîneurs en cas d'absence
imprévue.

Signature du représentant légal.

IMBC92 - Association agréée Jeunesse & Sports - N° SIRET 41133295000012
5 avenue Jean Bouin, 92130 ISSY-LES-MOULINEAUX - Tel : 06 86 40 36 23 - Email : club@imbc92.fr - Site internet : www.imbc92.fr



HUAWEI

