



FEVRIER  
**14**



# RUGBY , PLAISIR JOURNÉE POUR LES FILLES

## Les Objectifs:

-  Cette journée de « stage rugby vacances » a pour but d'améliorer nos joueuses dans leur formation rugbystique par la pratique d'un jeu de mouvement offensif.
-  Cette journée de stage est proposée aux jeunes filles licenciées ou non venant de Mont de Marsan ou des clubs partenaires du Stade Montois.

# LA JOURNEE

10h00

Accueil

Jeux de lutte + jeux  
d'opposition au dojo.  
(Prévoir une tenue  
propre)

10h30

Travail technique  
individuelle +  
manipulation de ballon.

12h30

Repas

Apprentissage jeu au  
pied.

14h30

Apprentissage du  
Rugby mouvement  
offensif.

Tournois, matchs de  
flag, matchs à toucher  
par catégorie.

16h30

Goûter

Lundi 12 Février : Catégorie U8 garçon

Mardi 13 Février : Catégorie U10  
garçon

**Mercredi 14 Février : Journée pour  
les filles ( De la catégorie U6 à U14)**

Jeudi 15 Février : Catégorie U12  
garçon

Vendredi 16 Février : Catégorie U14  
garçon

## Informations complémentaires:



**Lieu du stage :** A la plaine des jeux de Mont de Marsan + le repas du midi sera pris au club house.



**Coût de la journée:** 10€ , cela comprend le repas du midi, le goûter, la prestation rugby.



**Présence** de joueuses pros l'après midi , d'une équipe d'éducateurs diplômés, formés et disponibles, d'une équipe médicale.



**Pour s'inscrire :** appeler Jean Jacques Gourdon (Responsable école de rugby du SMR) au 06.81.25.71.62 ou Nadège Ramaux (Responsable école de rugby de Saint Pierre) au 06.87.03.92.05.