



Programme workshop du 01.04.2017



Heures	Thèmes	Conférenciers	Type	Lieux
dès 8h45	Accueil Croissant Café	S.Diriwaechter N.Verraires	libre	Restaurant CMC
9h00-9h45	Théorie JS	S.Diriwaechter N.Verraires	Théorie	Salle de théorie
09h50-10h45	Approche ludique	D.Destraz-N.Verraires	Pratique	Stade
10h50-11h50	Découverte de la rotation	D.Destraz-N.Verraires	Pratique	Stade
12h00	Repas de midi			Restaurant Le Ranch
13h45-15h40	Direction de lancer - Introduction des moulinets	D.Destraz-N.Verraires	Pratique	Stade
15h50-16h30	Exercice de force spécifique à la discipline	D.Destraz-N.Verraires	Pratique	Stade
16h30-17h00	Remise des validations JS, feed back et discussion (tour de table)	S.Diriwaechter N.Verraires	Théorie	Salle de théorie
Dès 17h00	Clôture du cours (partie administrative, encaissement de la participation financière)	Tous	Théorie	Salle de théorie