



Programme Du lundi 9 au jeudi 12 juillet 2018

<u>Groupe II</u>		<u>Groupe I</u>	
6h55	Réveil	7h20	Réveil
7h00-7h30	Petit-déjeuner	7h30-8h00	Petit-déjeuner
7h40	Départ des dortoirs	8h10	Départ des dortoirs
8h45-10h00	Entraînement sur glace	8h30-09h30	Activités physiques
10h05	Collation	09h35	Collation
10h15-11h15	Activités physiques	10h15-11h30	Entraînement sur glace
11h45	Dîner	12h15	Dîner
12h30-13h30	Relâche (vidéo/théorie/jeux)	13h00-14h00	Relâche (vidéo/théorie/jeux)
14h15-15h30	Entraînement sur glace	14h15-15h15	<u>Jeux</u> : halle de sport/ vélo/foot/basket/
15h35	Fruits	15h20	Fruits
15h45-17h00	<u>Jeux</u> : piscine/halle de sport/ vélo/foot/basket/tennis-Yoga	15h45-17h00	Entraînement sur glace
17h30...45	Début du souper	18h00...15	Début du souper
18h45-20h15	Divertissement/autres activités	19h15-20h30	Divertissement/autres activités
21h00	Collation	21h15	Collation
21h30	Coucher 😊	21h30	Coucher 😊

Gardiens : Lundi 9 19h30-20h45 période de glace supplémentaire spécifique
Groupe I Mardi 10 19h30-21h00 période de glace supplémentaire spécifique

A l'attention des parents :

Ce programme est sujet à modifications, en journée, selon les conditions météo.
Renseignez-vous avant de vous déplacer à la Vallée de Joux !



Programme du vendredi 13 juillet 2018

<u>Groupe II</u>		<u>Groupe I</u>	
6h55	Réveil	7h20	Réveil
7h00-7h30	Petit-déjeuner	7h30-8h00	Petit-déjeuner
7h40	Départ des dortoirs	8h10	Départ des dortoirs
8h45-10h00	Entraînement sur glace	8h30-9h30	Activités physiques
10h05	Collation	09h35	Collation
10h15-11h15	Activités physiques	10h15-11h30	Entraînement sur glace
11h45	Dîner	12h15	Dîner
12h30-13h15	Boucllement des bagages Nettoyage des dortoirs	13h15-14h00	Boucllement des bagages Nettoyage des dortoirs
14h15-15h30	Entraînement sur glace Match	14h15-15h00	<u>Visionne le match du groupe II</u>
16h00	Remise souvenir... fin du stage.	15h45-17h00	Entraînement sur glace Match
		17h30	Remise souvenir fin du stage