



## **Camp d'entraînement de Pâques du 6 au 14 avril 2012**

---

<b>Dates :</b>	minimes	12-14 ans	du 6 au 9 avril 2012
	cadets	15-16 ans	du 6 au 14 avril 2012
	juniors	17-18 ans	du 6 au 14 avril 2012
	séniors	> 19 ans	du 6 au 14 avril 2012
<b>Lieu :</b>	Lac de Schiffenen (Fribourg)		
<b>Hébergement :</b>	Auberge de jeunesse de Fribourg, pension complète		
<b>Programme :</b>	2 entraînements par jour, suivis par les entraîneurs et moniteurs du club.		
<b>Objectifs :</b>	Fin de la préparation hivernale, et préparation aux compétitions. Gros travail sur la technique d'aviron, augmentation progressive de l'intensité de l'effort.		
<b>Encadrement :</b>	Encadrement 24h/24 par leurs entraîneurs et moniteurs.		
<b>Participation financière :</b>	Environ CHF <u>35.00</u> par jour et par personne, comprenant une participation aux frais de déplacements, de matériel y compris 3 canots à moteur, de l'encadrement et l'hébergement en pension complète.		

⇒ La participation au camp est très fortement recommandée pour la préparation aux compétitions.

----- ✂ -----

**Merci de remettre ton inscription, à Youri Borboën, pour le 28 janvier 2012 au plus tard,  
au moyen du coupon ci-dessous ou directement via notre site [forwardrowing.ch](http://forwardrowing.ch).**

Nom : ..... Prénom : .....

Je participe au camp d'entraînement du ..... au .....

Je ne participe pas au camp d'entraînement

Date : ..... Signature de ton représentant légal : .....

Pour votre comité :  
Youri Borboën / 079 566 74 56  
[y.borboen@forwardrowing.ch](mailto:y.borboen@forwardrowing.ch)