

# RUGBY CAMPS BY STADE ROCHELAIS - STAGE INTENSIF - 2025

| Dimanche  | Lundi                         | Mardi                         | Mercredi   | Jeudi  | Vendredi   |
|---|-------------------------------|-------------------------------|--|--|--|
|  | 8h00<br>Petit-déjeuner        | 8h00<br>Petit-déjeuner        | 8h00<br>Petit-déjeuner   | 8h00<br>Petit-déjeuner   | 8h00<br>Petit-déjeuner                               |
|   | 10h00 - 11h30<br>Entrainement | 10h00 - 11h30<br>Entrainement | Sortie plage à<br>l'Île de Ré<br>(Beach rugby)<br><br>Déjeuner à<br>emporter | 10h00 - 11h30<br>Entrainement                                    | 10h00 - 11h30<br>Rencontre avec<br>les joueurs pros* |
|   | Déjeuner<br>Repos             | Déjeuner<br>Repos             |  | Déjeuner<br>Repos  | Déjeuner<br>Repos                                    |
| 16h00<br>Accueil des stagiaires et<br>présentation du stage                       | Activité annexe<br>+ Goûter   | Visite de l'Apivia Parc       |  | Visite du stade Marcel Deflandre<br>et du centre de performance* | Bilan de fin de stage<br>Remise du diplôme           |
| Activité annexe   |                               | Activité annexe<br>+ Goûter   | Activité annexe<br>+ Goûter  |  |  |
| Diner   | Diner                         | Diner                         | Diner  | Diner  |  |
| Test incendie<br>Règles Remise<br>dotation  | 20h00 - 21h30<br>Olympiades   | 20h00 - 21h30<br>Olympiades   | 20h00 - 21h30<br>Quizz rugby   | Soirée fin de<br>stage   |  |

\*Planning prévisionnel non contractuel – susceptible d'être modifié ou adapté en fonction de la météo et du planning sportif du club