
SEMAINE TYPE STAGE BOOST PRO:

Lundi 15/02

09:00 accueil par notre staff
09:30 speech ouverture
10:00 entraînement 1
12:30 lunch
13:30 entraînement 2
15:00 musculation Boost Pro
15:30 check-in de vos logements
15:50 visite des infrastructures
16:15 piscine
19:30 souper
20:00 soirée libre

Mardi 16/02

08:00 petit-déjeuner
09:30 entraînement 3
11:00 entraînement Boost Pro
12:15 lunch
14:00 entraînement 4
16:00 piscine
18:00 souper
19:30 tournoi et matches

Mercredi 17/02

08:00 petit-déjeuner
09:30 entraînement 5
11:00 musculation Boost Pro
12:45 lunch
14:00 activité
17:00 entraînement 6
18:30 entraînement Boost Pro
19:45 souper
20:30 soirée cinéma

Jeudi 18/02

08:00 petit-déjeuner
09:30 entraînement 7
11:00 entraînement Boost Pro
12:45 lunch
14:30 entraînement 8
16:30 piscine
19:15 souper
20:15 veillée et animations

Vendredi 19/02

08:00 petit-déjeuner
09:30 entraînement Boost Pro
10:30 entraînement 9
12:30 lunch
14:00 entraînement 10
16:00 fin

