



## STAGE DE PÂQUES A VITTEL

### 1<sup>er</sup> – 10 avril 2010

# Convocation

- Dates:** Du jeudi 1er au samedi 10 avril 2010
- Lieu:** Hôtel L'Orée du Bois, 1 lieu dit L'Orée du Bois, 88800 Vittel,  
N° de téléphone : 03 29 08 88 88, <http://www.loreeduboisvittel.fr/>  
Chambres à 2 lits, pension complète
- Piscine:** Les entraînements seront organisés à la piscine olympique couverte de Vittel. Nous aurons en permanence 3 lignes d'eau à notre disposition pour 2 entraînements journaliers!  
Des séances de gainage et stretching, évtl. musculation, seront également au programme.
- Encadrement:** Ralph Schallon, chef de délégation et entraîneur, 079 658 72 76  
Michel Hess, entraîneur  
Florence Aufaure, accompagnante et physiothérapeute

### Participants:

Boccard Sam	06.09.1998	ch. de la Cartouchière 12	1228 Plan-les-Ouates	022 794.60.06
Charosky Pablo	08.03.1992	rte de Saconnex d'Arve 60	1228 Plan-les-Ouates	022 771 44 91
Cherubini Niccolò	07.01.1997	rte de Vessy 19	1206 Genève	022 348 88 03
Cons Marie	19.02.1993	Les Cyclades III	F-74160 Saint-Julien	0033 673 301 457
Cosandey Vanessa	03.09.1995	ch. de la Butte 31d	1228 Plan-les-Ouates	022 794 64 35
Dée Aude	27.03.1997	ch. de la Bistoquette 10	1228 Plan-les-Ouates	022 342 04 74
Faist Ella	28.07.1996	ch. Dami 11	1212 Grand-Lancy	022 300 38 83
Forrest Alexandra	28.03.1997	rte de Sauverny 5	1290 Versoix	022 799 73 63
Gigon Meryl	22.09.1995	rue de la paix 4	F-74240 Gaillard	0033 450 398581
Hartmann Camille	13.09.1996	av. des Crêts 21	1256 Troinex	022 300 39 66
Kunz Marine	29.01.1997	ch. de Certoux 1	F-74160 Saint-Julien	0033 450 493 159
Liess Nils	24.08.1996	ch. Pré-du-Camp 14	1228 Plan-les-Ouates	022 794 98 59
Liess Thomas	18.01.1995	ch. Pré-du-Camp 14	1228 Plan-les-Ouates	022 794 98 59
Martinetti Benoit	08.01.1991	rte du Mont Sion 88	F-74350 Andilly	0033 450 442290
Mora Alessia	18.05.1995	ch. de la Milice 34	1228 Plan-les-Ouates	022 346 06 70
Pesson Odile	31.05.1996	ch. de Riant-Mont 11	1228 Plan-les-Ouates	022 771 14 84
Pollard Charley	12.01.1997	Allée de Bel-Air 82	74910 St. Germain/Rhône	0033 450 771087
Poppe Henry	16.09.1993	ch. des Curiades 45	1233 Bernex	022 757 56 13
Serigado Joana	25.03.1996	rue du Vieux Moulin 1	1213 Onex	022 793 70 76
Volpicelli Andrea	27.05.1998	ch. de la Butte 22B	1228 Plan-les-Ouates	022 789 56 64
Volpicelli Laura	15.03.1995	ch. de la Butte 22B	1228 Plan-les-Ouates	022 789 56 64
Vulliet Sandy	27.08.1996	ch. de la Mercière 570	F-74160 Saint-Julien	0033 450 356103
Zürcher Loïc	28.01.1997	Chevaliers-de-Malte 76	1228 Plan-les-Ouates	022 771 03 07

- Déplacement:** En 2 mini-bus de location et voiture(s)
- Départ 1:**  
Rendez-vous le jeudi 1<sup>er</sup> avril 2010 à 8h à la piscine de PLO  
Bus 16 places: Ralph Schallon + nageurs Juniors/Flippers III
- Départ 2:**  
Rendez-vous le jeudi 1<sup>er</sup> avril 2010 en début d'après-midi  
Bus Tri: Michel Hess + Vanessa, Meryl, Joana, Thomas, Nils, Henry
- Départ 3:**  
Vendredi matin: Florence (physio) + son fils Tanguy
- Départ 4:**  
Dimanche matin: voiture Benoit + Marie et Pablo
- Retour:**  
Samedi 10 avril 2010, départ: 11h., arrivée: vers 16h. env.
- Prix:** La participation financière des nageurs s'élève à **Frs 800,-** (600,- pour Benoit, Marie et Pablo). Les frais réels par nageur s'élevant à Frs 1'300,-, le solde est couvert par des subventions de la part de la commune et du club. Un bulletin de versement vous parviendra très prochainement.
- Programme annexe:** Des cours de soutien scolaire seront assurés durant cette semaine. Veuillez par conséquent apporter vos livres scolaires. Travail technique intensif avec prises de vidéo! Selon la météo, d'autres activités sportives dans le centre sportif de Vittel.
- Dans la mesure du possible, un journal quotidien sera publié sur notre site Internet ([www.plo-natation.ch](http://www.plo-natation.ch)) durant le stage.
- A prendre:** Habits pour le séjour de 9 jours, training, pull, T-shirt et bonnet du club, serviettes de bain, plaquettes, palmes, maillots, lunettes, un peu d'argent de poche, mais **surtout une overdose de motivation et de bonne humeur!**
- Congé scolaire:** Cette convocation sert d'attestation officielle de la part du club, veuillez demander tout éventuel congé scolaire le plus rapidement possible!

