

Rennes EC Rugby
BP 10316
35703 Rennes Cedex 7
rec@rennes-rugby.com
academie@rennes-rugby.com



Information journée de test REC Académie

Date : **Samedi 21 avril 2018**

Lieux : Stade Alain Crubillé - Rue du Patis Tatelin - 35700 Rennes

Horaires :

- ➔ Rendez-vous : 9h30 pour le café d'accueil
- ➔ Fin de journée : 17h après le pot de l'amitié

Contact :

En cas de besoin et/ou de renseignement, vous pouvez contacter Kévin Courties par téléphone au **06-27-67-34-42** ou par mail à l'adresse suivante : **kevin.courties@rennes-rugby.com**

Programme de la journée :

- ◆ Présentation de la structure
 - ➔ Objectif, fonctionnement et intervenant
- ◆ Évaluation rugbystique
 - ➔ Duel, Jeu, Jeu au poste
- ◆ Évaluation physique
 - ➔ Énergétique, Musculaire

Le repas est à la charge des familles

Matériel nécessaire :

Merci de se munir de :

- _ Vos chaussures à crampons vissés et moulés
- _ Vos chaussures de sport
- _ Une tenue de rugby
- _ Une tenue de sport
- _ Une tenue de pluie
- _ Votre pharmacie personnelle en cas de besoin