

Bonsoir,

Si vous lisez ce message c'est que vous avez réussi à l'ouvrir !! Trop fort 😊.
N'oubliez pas d'accéder à la galerie photos, toujours sur le site du CDY.

Nous pensions les réveiller à 8h00 et bien se sont eux qui nous ont réveillés bien plus tôt en espérant être au petit déjeuner avant les autres ; et bien non P'tit dej 8h30 comme prévu en espérant qu'ils n'aient pas envi de se réveiller aussi tôt demain (l'espoir fait vivre !).

Temps libre : jeux sur les téléphones ou jeux de sociétés ou jeux à l'extérieur du bâtiment pour profiter du beau temps. Félix récupère de sa petite nuit !

Départ 10h00 pour la piscine. 10h30 échauffement « à sec » puis PPG par petits groupe de niveau, sous un ciel avec de belles éclaircies.

Un peu de nage d'échauffement pendant la concertation des entraîneurs. Le reste de la matinée a été consacrée en grande partie à des exercices avec ballons.

Le directeur de la piscine nous a autorisés à mettre nos affaires mouillées dans la chaufferie ; dorénavant nous passerons prendre les affaires sèches avant les entraînements et poserons les mouillées après les entraînements.

Après le déjeuner temps clame obligatoire (pas de foot au désespoir de certains) afin de permettre, à ceux (ils y en a déjà plusieurs) qui en ont besoin, de se reposer.

Départ 16h00 pour la piscine :

-- Travail théorique de placement par rapport à l'espace de jeux pour les « grands » dans la salle de réunion de la piscine

-- Travail, hors de l'eau, de la pratique de prise et de lancé de balle pour les U9 et U11.

A la mise à l'eau nous sommes restés seul, pendant 45min, dans 8 couloirs de 50m. C'est impressionnant, les entraîneurs et les enfants en ont profité.

Beaucoup de travail avec le ballon.

Diner vers 20h00 puis un petit temps libre avant de se préparer au coucher. Retour au calme pas simple mais bon !.

Demain réveil à ??, petit déjeuner à 8h30.

A demain pour de nouvelles aventures.