



## Camp d'été

Pour la 3<sup>e</sup> année consécutive, le Chenois volley-ball va organiser à Leysin un camp de volley-ball 17 au 22 aout 2019. L'objectif premier est de permettre à nos juniors de passer un bon moment ensemble, progresser et bénéficier de conseils et du savoir-faire précieux de joueur de LNA, junior U23, U19, U17. Tous cela dans un cadre idyllique et doté d'un air pur.



Ce camp est ouvert aux enfants de plus de 10 ans (2007 et plus vieux) non accompagné et dès 8 ans accompagné par un membre de la famille (le grand frère ou la grande sœur sont aussi des membres de la famille).

Les entraînements varieront et seront adapté selon le niveau du joueur afin que chacun puisse progresser à son rythme. Une salle de musculation est à disposition pour les plus grands (sous la responsabilité d'un entraîneur pour les moins de 18ans)

Le prix comprend la pension complète, l'hôtel, la location des salles, les activités annexés (piscine, excursion, télécabine, ..) organisées à Leysin, le déplacement en train depuis Genève jusqu'à Leysin, les entraîneurs et accompagnants). Afin d'avoir un prix abordable, le Chenois et les autorités subventionnent le camp.

Le nombre d'accompagnant variera selon le nombre et l'âge des participants. Les parents souhaitant accompagner leurs enfants (moins de 10ans) doivent se manifester au plus vite auprès de l'organisation.



## Camp d'été

### ACTIVITES

L'objectif du camp se veut bien entendu multi-activité. L'objectif étant de faire s'entraîner nos participants par des sports différents et plus ou moins intensifs.

Dans les grandes lignes nous aurons le matin le sport en salle à partir de 9h30 en 2 sessions de 1h15 avec une pause entre les deux. Un après-midi sur deux sera dédié à une activité découverte ou un autre sport. Selon l'âge des participants l'accès sera plus ou moins mis sur le volley-ball dans l'après-midi. Une salle de musculation est à disposition pour les plus grands (sous la responsabilité d'un entraîneur pour les moins de 18 ans)

A ce stade les possibilités sont diverses. Piscine, patinoire, escalade, trottinette, promenade, vtt, visites (parc, observatoire, restaurant tournant, ..).

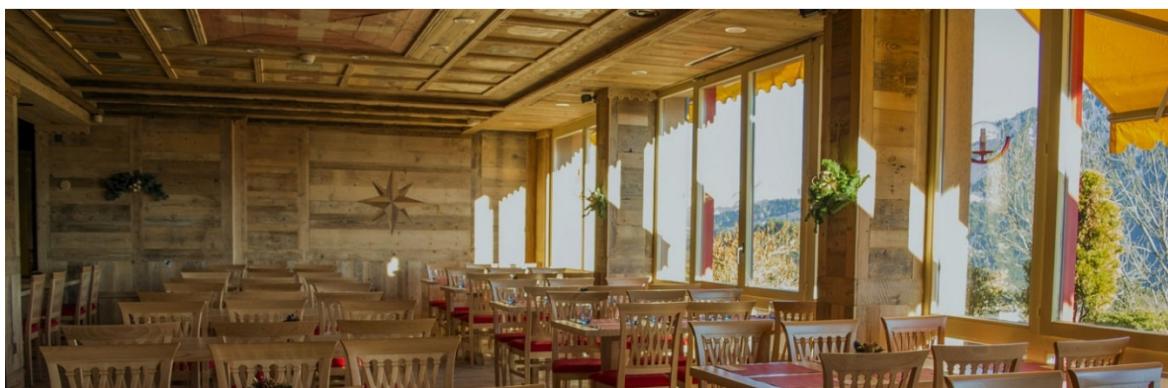
### Programme en photos

#### 1<sup>er</sup> (et dernier) Jour :



Déplacement en train depuis Genève jusqu'à Aigle avec une ligne intercity. Puis petit train à crémaillère depuis Aigle jusqu'à Leysin. Puis arrivée à Leysin en fin de matinée (l'envers pour le retour).

### Prise des chambres de l'hôtel





## Camp d'été

Puis l'après-midi le 1<sup>er</sup> entraînement



## 2<sup>e</sup> jour - dimanche

Entrainement ou tournoi/raclette avec les parents





## Camp d'été

**3<sup>e</sup>,4<sup>e</sup>,5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> jours**

Levé à 7h30

Petit déjeuné du sportif

9h30 – 12h Salle de volley-ball / Beach



**12h-14h déjeuné**

**15h00 sport / activités sportives**



**18h30 fin des activités sportives**



**19h30 souper**



## Camp d'été

**Un jour dans la semaine (selon le temps)**

**Découverte des Alpages et restaurant Tournant**

