

Section sportive **Rugby** Lycée BELLEVUE – 17100 SAINTES

<p style="text-align: center;"><u>Objectifs</u></p> <ul style="list-style-type: none"> → Allier une pratique sportive et une scolarité adaptée → Travailler en complémentarité du club → Bénéficier d'un entraînement individualisé → Permettre au joueur d'atteindre son plus haut niveau de performance 	<p style="text-align: center;"><u>Contenus sportifs</u></p> <ul style="list-style-type: none"> → Physique : motricité, coordination, adresse → Technique individuelle et spécifique au poste → Renforcement musculaire général et spécifique au poste de la chaîne musculaire basse et haut du corps
<p style="text-align: center;"><u>Volume horaire d'entraînements</u></p> <p style="text-align: center;">Lycée BELLEVUE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - les mardis de 15h45 à 17h (terrain rugby lycée) - les vendredis de 11h-12h30 (terrain rugby lycée) <p>(1) A titre indicatif</p>	<p style="text-align: center;"><u>Encadrement</u></p> <p style="text-align: center;">Entraîneur : diplômé d'état US Saintes Rugby Contact : Guillaume au 06 71 94 85 48</p> <p style="text-align: center;">Coordinateur Professeur d'EPS</p>
<p style="text-align: center;"><u>ENTRAINEMENTS CLUB</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - les mercredis de 18h à 19h30 - les vendredis de 18h30 à 20h <p style="text-align: center;">Entraînement AS (1): Jeudi 12h45-13h30</p> <p>(1) A titre indicatif</p>	<p style="text-align: center;"><u>Recrutement et profil</u></p> <ul style="list-style-type: none"> → Etre né en 2001 ou 2002 → Suivre en enseignement général, technologique, professionnel ou supérieur → Etre licencié à la fédération française de rugby dans un club du département → Etre motivé et avoir un bon niveau scolaire → Ne pas avoir de contre-indication médicale → Remplir et déposer le dossier d'inscription → Inscription à l'association UNSS de l'établissement pour participer aux compétitions <p style="text-align: center;">CONTACT</p> <p style="text-align: center;">Dossier d'inscription à télécharger sur le site internet du lycée début avril</p>
<p>→ Les élèves intégrant les classes à horaires aménagés au Lycée ne pourront prétendre suivre les enseignements optionnels ou enseignements d'exploration dont la durée hebdomadaire est de 3 heures : Russe - Grec- Latin – théâtre – Arts Plastiques. Ni une section européenne</p>	
<p style="text-align: center;">JOURNEE DE DETECTION mercredi 16 MAI 2018 à 15h au Lycée BELLEVUE Réunion d'information le samedi 31 MARS 2018 à 10h au club house du Rugby Saintes</p>	