

Bonsoir,

Journée de jeudi.

Une journée longue et bien chargée.

Un premier passage à 6h00 dans les chambres pour le réveil, personne n'était debout !!! Un deuxième passage à 6h30 pour être sûr que tous aient le temps de manger avant de partir.

A 7h30 vite dans l'eau car ciel couvert et vent frais, moyen pour ceux qui sont restés sur le bord du bassin.

L'entraînement du matin :

Une bonne partie de natation puis travail de gestes techniques pour les grands dans 4x25m avec Hugo et Thibault et les petits dans la fosse avec Félix, Nour et Victoire.

L'entraînement de l'après-midi :

Très peu de natation (15min) puis ;

- Le groupe des petits, épuré des meilleurs d'entre eux, ont été encadrés par Félix seul ; travail de positionnement lors de matchs entre eux.
- Le groupe des grands, renforcé par les meilleurs des petits, encadrés par Hugo et Thibault ; ont travaillé les attaques placées lors de match entre eux.

L'entraînement des grands c'est prolongé de 20min après l'heure prévue puis tous sont retournés aux vestiaires pour se changer et passer des baskets propres et retour sur le bord du bassin.

Petits et grands se sont séparés en deux groupes pour faire de la PPG pendant environ 20minutes.

Goûter puis départ pour rejoindre le Laser-game à pied.

L'animateur du laser-game nous attendait. Trois groupes ont été constitués pour faire un tournoi où chacun des groupes (Rouge, vert, bleu) a rencontré les deux autres donc chaque jeune a fait 2 parties. A l'issue les rouges sont vainqueurs.

Retour au gîte et le dîner avancé à 19h00 pour avoir le temps de faire les valises avant la boum. Les valises faites relativement rapidement (motivé ?), la musique a commencé et le buffet de bonbons ouvert.

La musique et les animations ont été menées de main de maître par Nour, Victoire, Sofia et Eléonore ; bravo à elles.

Beaucoup de rires et de bonne humeur et de camaraderie en plus pas un papier par terre, pas un verre renversé et proposition pour aider à ranger ; merci les parents !

Demain réveil 7h30, descente et stockage des valises, petit déjeuner, enlever les draps sales, vérification des chambres et bus à 9h00 pour entraînement à 9h30.

A demain pour les dernières aventures.