



## Union Pour l'Athlétisme à Château-Gontier

Salle Omnisports Avenue Aristide Briand 53200 Château-Gontier ☎ 02.43.70.49.52

E-mail [upac53@wanadoo.fr](mailto:upac53@wanadoo.fr) — [www.upac.asso.fr](http://www.upac.asso.fr)

Sous sections: ES Craon Athlétisme et Renazé Athlétisme

### Stage à DINARD MINIMES à MASTERS 04-05-06 Novembre 2022

L'UPAC organise comme chaque année un stage de début de saison. Cette année, il se déroule à Dinard. Le but est de lancer la saison (indoor et cross), de créer une dynamique, d'enchaîner quelques séances pour se préparer au mieux et de créer des liens entre toutes les générations et sections. Une vraie cohésion de club pour aller plus loin tous ensemble.

Adresse : Creps de Dinard

#### Déplacements :

DEPART : Vendredi 4 novembre à 8h

RETOUR : Dimanche 6 novembre vers 18h

Le Transport se fait en Car.

#### Prévoir

Tenues de sports en quantité suffisante (il peut pleuvoir un peu), affaires chaudes, nécessaire pour la toilette, pyjama, traversin, argent de poche au cas où il y a une sortie en ville etc, et bien sûr, sérieux et bonne humeur.

N'oubliez pas le Maillot de bain, en cas de beau temps baignade possible ou pour une récupération dans l'eau froide !

**Coût** : le stage s'élève à 120 euros minimum. Il est demandé à chacun une participation de 45 euros. Le Stage est accessible à tous, possibilité de retirer le chèque début 2023 ou d'échelonner les paiements (merci de le signaler lors de votre inscription).

Information : Nous disposons de 50 places alors pas une minute à perdre pour passer un bon moment !

**Encadrement** : il est assuré par les entraîneurs de Château-Gontier et Craon, plus des bénévoles et parents. Renseignements : Laurent Prod'homme, Eric Gicqueau et Yannick Prod'Homme.

Une nouvelle fois, le stage réunit tous les âges pour former la grande famille que l'UPAC représente. Un super environnement s'offre à nous avec une organisation particulière, un autre confort, et une Course d'orientation pour une grande ambiance !!

*Coupon réponse à rendre pour le samedi 8 Octobre 2022 afin d'effectuer les réservations définitives*

Nom	Prénom	Age	Catégorie
-----	--------	-----	-----------

Participera au stage du 4 Novembre au 6 Novembre 2022 à Dinard avec l'UPAC

**NB : Pour participer au stage, il faut être licencié pour la saison 2022/2023 et avoir impérativement réglé les frais de stage pour que l'inscription soit prise en compte.**

Signature de l'athlète

Autorisation des parents pour les mineurs

Je soussigné, Mme, Mr ..... Autorise mon fils, ma fille : ....., à participer au stage de l'UPAC 2022 à Dinard. J'ai bien noté que les participants ne pourront sortir du stage pendant celui-ci. J'autorise les responsables de l'UPAC, à faire conduire mon enfant, en cas d'urgence, dans un hôpital pour y subir les soins nécessaires, y compris sous anesthésie générale et une éventuelle intervention chirurgicale, après avoir cherché à contacter les parents. J'autorise les responsables à le (ou la) faire sortir de l'hôpital dès que les soins lui auront été prodigués.

Signature des parents.