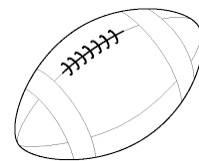


En partenariat avec le club
COP Rugby le Puy



Entrainement au Stade
Lafayette



Renseignements

Lycée Ch. & A. Dupuy : 04 71 07 28 00

Mr Trefelle : Proviseur

Mr Condemine : Proviseur Adjoint

Mr Gendre : Référent lycée



COP Rugby :

Patrice Raymond - Coordinateur
technique

Portable : 07 67 02 60 79

Email : raymondpatrice@orange.fr

Lycée Ch. & A. Dupuy



Classe

Rugby



« Un jeu qui interdit le je »,

Pierre Albaladejo

Objectifs

- ✓ Allier une pratique sportive de haut niveau 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

Les plages d'entraînements comprises dans l'emploi du temps

- ✓ Mardi de 16h00 à 17h30
- ✓ Jeudi de 16h00 à 17h30
(le transport est organisé par le club)
- ✓ Mercredi après-midi : compétitions rugby UNSS

Contact COP Rugby : Patrice Raymond - Coordinateur technique
Portable : 07 67 02 60 79 - Email : raymondpatrice@orange.fr

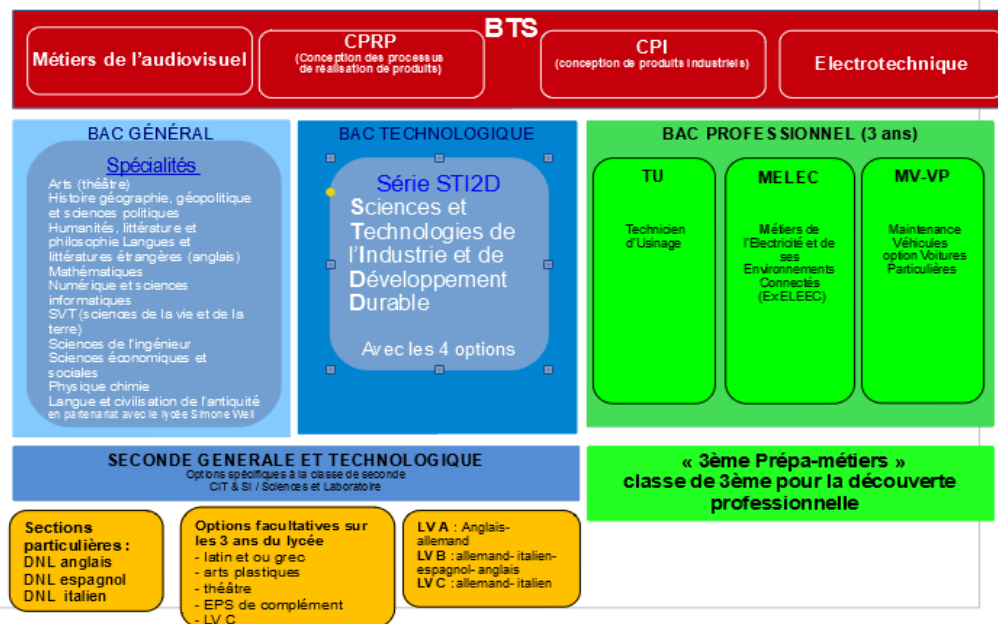
Contenus sportifs

- ✓ Physique : motricité, coordination, adresse
- ✓ Technique : individuelle et spécifique au poste
- ✓ Renforcement musculaire : général et spécifique au poste de la chaîne musculaire basse et haute du corps

Encadrement

- ✓ Entraîneurs COP Rugby : diplômés d'état

Formations au lycée Charles et Adrien Dupuy



Recrutement et profil

- ✓ Suivre un enseignement général, technologique, professionnel.
- ✓ Être motivé et avoir un bon niveau scolaire.
- ✓ Ne pas avoir de contre-indication médicale.
- ✓ S'inscrire à l'association UNSS rugby de l'établissement pour participer aux compétitions.

