



Pour t'aider à bien démarrer la nouvelle saison 2012-13, **BELFIUS MONS-HAINAUT** organise un Summer Camp destiné à tous les joueuses et joueurs de Basketball de 10 et 25 ans.

### Quand?

Du lundi 16 juillet au vendredi 20 juillet 2012 de 10h. à 16h.

### Pour qui ?



#### Pour les catégories poussins à minimes



5 heures de "practice" par jour : apprentissage et répétition correcte des techniques de dribble, shooting, passing et les fondamentaux : ball screens, defense, ...



Appliquer les techniques et fondamentaux dans des matches 3 contre 3, 4 contre 4 et 5 contre 5.



Préparation physique de haut niveau et manière de s'entraîner.



Rendez-vous avec des joueurs, coaches et entraîneurs de haut niveau.



Le prix du stage pour les catégories poussins à minimes est fixé à 120€.



#### Pour les catégories minimes à seniors



Une préparation idéale avant votre premier entraînement de club.



Entraînements spécifiques de mise en condition physique (muscultation, circuit, fitness, spinning, step, aquajogging, basket spécifique condition .)



Séance spécifique de shoots individuels et en groupe (analyse vidéo).



Répétition des techniques et fondamentaux de basket.



Le prix du stage pour les catégories minimes à seniors est fixé à 140€.

### Infos diverses ?



Accueil des enfants dès 8h30. Fermeture de la salle à 17h30.



Prévoir un pique-nique pour le midi. Possibilité d'acheter des boissons sur place.

### Inscriptions



Pour vous inscrire, complétez le formulaire d'inscription joint et renvoyez-le dûment complété à l'adresse mail : [fdmeulem@hotmail.com](mailto:fdmeulem@hotmail.com) avec en objet: «Preseason Summercamp Belfius Mons-Hainaut».



Votre paiement est attendu, dans les 8 jours suivant l'envoi du formulaire, sur le compte

**446-4668701-37**



La date limite des inscriptions est fixée au 30 juin 2012. Pour plus d'infos: **0491/56.56.83.**