

STAGES 2018

MONTPELLIER HÉRAULT RUGBY



STAGES POUR ENFANTS DE 7 À 18 ANS À L'ALTRAD STADIUM





OBJECTIF DES STAGES

Ces stages permettent le perfectionnement et l'acquisition des différentes habilités techniques aussi bien individuelles que collectives, propre à l'âge de la pratique. Pour apporter à chaque stagiaire un maximum de possibilités de progression, nous mettons en place :

- des groupes homogènes de travail constitués en fonction de l'âge
- un suivi personnel de chaque joueur
- une fiche individuelle de stage, remise le jour de la clôture. Elle consigne les compétences acquises et celles qu'il faut encore améliorer. Un axe de travail sera défini afin que le stagiaire sache dans quel domaine il doit travailler.

Le +

Entraînements spécifiques par poste





ENCADREMENT

UN ENCADREMENT PERMANENT EST ASSURÉ PAR :

- 1 directeur diplômé BAFD ou équivalent
- 1 responsable technique et des éducateurs diplômés (Brevet d'État et diplômes fédéraux) dont des entraîneurs des équipes jeunes du Montpellier Rugby Club
- 3 animateurs (BAFA ou DEUG STAPS)
- 1 suivi médical (médecin, kiné) assuré en partie par le staff médical de l'équipe professionnelle





INSTALLATIONS

HÉBERGEMENT

Les stagiaires logeront au sein du centre de formation, immeuble consacré à l'émergence des futurs talents du MHR. Le premier étage, totalement sécurisé à l'aide des empreintes digitales des éducateurs, leur sera consacré.

Lors des retours nocturnes ou des départs matinaux, ils auront la chance de croiser les pépites du centre de formation en partance ou en retour eux aussi de leurs entraînements respectifs.

Les stagiaires bénéficient de repas équilibrés et sportifs qu'ils partageront au « Pick & Go », espace de réception de l'Altrad Stadium. Les repas sont préparés sur place par un traiteur.

ÉQUIPEMENT

Salle d'animation et de détente, TV disponible (chaînes sportives), tennis de table, baby-foot... Et aussi pétanque, badminton, tennis-ballon...

Équipements sportifs

- 2 terrains synthétiques
- 1 salle de musculation
- 1 salle de combat
- 1 salle omnisport
- Des vestiaires dédiés
- 1 salle de réunion
- 3 jougs





STAGES

STAGES U8 - U12

Ce sont nos stages réservés aux petites catégories de l'école de rugby qui regroupent des enfants âgés de 7 à 12 ans. Nous axons nos séances rugby sur des habilités techniques individuelles (comme le plaquage) et des repères collectifs. Le matin est consacré au rugby avec 3h de pratique et l'après-midi laisse place aux activités extra-rugby (sportives et/ou culturelles).

STAGES U13 - U18

Ce sont nos stages réservés aux catégories dites « de compétition » (U14, U16 et U18). Nous proposons alors des stages exclusifs à ces catégories en fonction de la saison à venir (2018/2019). Toutes les habilités techniques vues lors de cette semaine sont spécifiques à chaque catégorie en fonction du développement du jeune rugbyman lié à son âge et sa pratique. Pour les U14, nous commencerons à différencier les avants des trois-quarts, afin de voir des situations propres à chacun (comme la mêlée).

Avec les U16, nous commencerons à approcher la spécialisation par poste et les différents rôles qui leur incombent en fonction de leurs positions sur le terrain.

En revanche, avec les U18, nous serons sur une approche beaucoup plus individualisée et axée sur les spécificités du ou des poste(s) du jeune rugbyman. La technique individuelle sera l'axe fort de cette semaine.

Pension

Stages U8 - U12

Demi-pension exclusivement

Stages U13 - U18

Demi-pension ou pension complète





ATOUTS DES STAGES

LES ACTIVITÉS

Plusieurs activités extra-rugby viendront rythmer la semaine :

- Rencontre avec les pros et moment d'échange avec eux
- Invitation aux matchs du MHR (suivant calendrier)
- Visite des installations du MHR
- Sensibilisation à « l'entraînement invisible » (hygiène de vie, sommeil, récupération)

De nombreuses activités extra-rugby

- Footbulles
- Paintball
- Baignade
- Beach Rugby
- Bouée Tractée
- Jet Ski
- Etc...





DATES

STAGES U8 - U12

- du 23/10/2017 au 27/10/2017
- du 19/02/2018 au 23/02/2018
- du 16/04/2018 au 20/04/2018
- du 09/07/2018 au 13/07/2018
- du 20/08/2018 au 24/08/2018

**TARIF PAR ENFANT
ET PAR JOUR**
45 €

Tarif préférentiel

10% de remise pour tous les anciens stagiaires.

STAGES U13 - U18

Catégorie d'âge	Type de stage	Année de naissance	Dates
U14	Mixte	2005 et 2006	du 08/07/2018 au 14/07/2018
U16	Masculin	2003 et 2004	du 15/07/2018 au 21/07/2018
U18	Masculin	2000, 2001 et 2002	du 22/07/2018 au 28/07/2018
U17	"Élite" Masculin	2001, 2002 et 2003	du 29/07/2018 au 04/08/2018
U18	Féminin	2000, 2001 et 2002	du 05/08/2018 au 11/08/2018
U16	Masculin	2003 et 2004	du 12/08/2018 au 18/08/2018
U14	Mixte	2005 et 2006	du 19/08/2018 au 25/08/2018

TARIF PAR ENFANT - DE U13 À U18

- Demi-pension : 360 €
- Pension complète : 580 €

TARIF PAR ENFANT - "ÉLITE"

- Pension complète : 690 €

Tarif préférentiel

Pour les fratries, 10€ offerts par enfant.





LE SAC DU STAGIAIRE

Il est préférable de laisser à la maison tout objet de valeur (bijoux – consoles – portables...).
Le marquage du linge est fortement conseillé.

Tenue de Rugby

- 1 paire de crampons moulés pour synthétique
- 1 protège-dents
- Affaires de sport
- Strap si besoin
- Pansement ampoules

Couchage

- 1 oreiller
- Paire de draps 1 place ou 1 sac de couchage (conseillé)

Rechange (à prévoir au minimum)

- Serviette de bain
- Nécessaire de toilette
- Coupe-vent
- Paire de basket
- Paire de tong ou claquettes
- Casquettes
- Shorts
- T-shirt ou polos
- Paire de chaussettes
- Petit sac à dos
- Linge de corps





MODALITÉS D'INSCRIPTION

ACCUEIL DES STAGIAIRES

Chaque matin à partir de 8h30 pour les stages U8 - U12 ; chaque dimanche de 14h à 16h pour les stages U12 - U18.

DÉPART DES STAGIAIRES

Chaque soir à 16h30 pour les stages U8 - U12 ; le vendredi après le match de fin de stage ou le samedi de 8h à 1h pour les stages U12 - U18.

ADRESSE DU STADE

Complexe Yves du Manoir
500 avenue de Vanières
34070 Montpellier

Toute correspondance avec l'administration des stages ou adressée à un enfant durant son séjour, doit être envoyée à cette adresse.

ADMISSION

Garçons et filles de 7 à 18 ans, licenciés à la FFR ou dans le pays de résidence, aptes à suivre un entraînement physique intense.

INSCRIPTION

Chaque candidat devra créer son profil sur notre plateforme Comiti : <https://stagesbymhr.comiti-sport.fr/> et valider le paiement

Le règlement devra ensuite être validé sous 10 jours :

- Par CB directement sur la plateforme (possibilité de paiement en 3 fois sans frais)
- Par chèque à l'attention de SA MRC (possibilité d'encaissement en 3 fois sans frais)
- Par virement (cf. information bancaires précisées dans le dossier d'inscription)
- Par carte bancaire, en appelant le 06 81 30 75 34 (9h00 - 12h00 / 14h00 - 18h00)

Les conditions d'inscriptions et les modalités qui en découlent varient pour les stages des U8 à U12 et pour les stages des U12 à U18. Elles vous seront transmises à la suite de votre demande d'inscription via le site. Vous pouvez les retrouver également sur le site du club.

Réservation

Aucune réservation ne pourra être effectuée par téléphone

Attention : veuillez bien lire les conditions générales d'inscription téléchargeables sur le site, au moment de la préinscription : <http://www.montpellier-rugby.com/stages-rugby>

En cas d'annulation, une somme de 50€ TTC sera automatiquement retenue pour frais de dossier.
Tout départ anticipé ou volontaire ne donnera lieu à aucun remboursement.



RÈGLEMENT INTÉRIEUR

RESPECT D'AUTRUI

Les stagiaires doivent respecter toute personne, qu'il soit éducateur, personnel de restauration, mais aussi camarade de chambre et de jeux.

- Tout comportement violent et irrespectueux sera sanctionné et sera motif de renvoi

ALCOOL ET TABAC

Aucune boisson alcoolisée n'est tolérée. De même, la consommation de tabac est interdite.

FRAIS MÉDICAUX

Les parents régleront le montant des frais médicaux pour les soins apportés pendant le séjour. Les actes médicaux leur seront remis pour remboursement par les caisses de sécurité sociale et mutuelles. Les médecins, kinés et infirmiers sont conventionnés.

TRAITEMENT MÉDICAL

Si pendant le séjour, un stagiaire est sous traitement médical, joindre une photocopie de l'ordonnance. S'il s'agit d'un médicament à n'utiliser qu'avec le plus grand soin, le remettre à l'encadrement.

- Faire connaître les allergies éventuelles.

PERTE OU VOLS

Durant le stage, chaque participant est responsable de ses affaires personnelles.

- Les stages *by MHR* déclinent toute responsabilité en cas de perte ou de vol.

MATÉRIEL

Tout matériel doit être utilisé avec précaution.

- Tout stagiaire responsable de dégradation devra régler les frais de remise en état.



ILS SONT PASSÉS PAR LES STAGES

- BAPTISTE PESSENTI** - International moins de 20
- MICKAËL ROMERA** - International moins de 18
- THÉO SAUZARET** - International moins de 18
- PIERRE REYNAUD** - International moins de 20
- ARTHUR GUIGUE** - Entré en jeu avec le MHR, saison 2017-2018
- WANDRILLE PICAULT** - Joueur professionnel à Vannes

En plus d'internationaux français, nous avons accueilli plusieurs internationaux venus du monde entier : Espagne, Belgique, Suisse, Pologne, Liban, Guatemala, Hong-Kong...

CONCEPT DE SÉJOUR ET PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT MIS EN PLACE ET PRÉPARÉ PAR L'ÉQUIPE TECHNIQUE DES STAGES ET DU MHR.

Gaëlle MIGNOT - Spécialiste mêlée auprès des équipes jeunes du MHR, Coach des U14 féminin, capitaine de l'équipe féminine du MHR et de l'équipe de France

Antony PARMENE - Joueur de Fédéral 1, ancien responsable de la formation des U14 du MHR



STAGES *by* MHR

500 avenue de Vanières – Complexe Yves du Manoir – 34070 Montpellier

06 81 30 75 34 – stagesbymhr@montpellier-rugby.com

<http://www.montpellier-rugby.com/stages-rugby>

