



## Camp de Volleyball de Pâques

Chers participant-e-s et parents,

Voici quelques renseignements sur le camp de Pâques 2017, qui aura lieu à la Vallée de Joux. Ce camp d'entraînement s'adresse principalement aux filles et garçons du VJGS, né-e-s entre 2001 et 2008.

Déplacement en train: DÉPART le dimanche 16 avril 2017 à 8h19, rendez-vous à 8h00 sur la **voie No4 de la Gare Cornavin (Genève)**. Prévoir un petit-déjeuner pour le voyage et un pique-nique pour midi.  
RETOUR le mardi 18 avril 2017 à 17h41, voie No3.

### Matériel à emporter:

- *Pour la halle de gymnastique* : Tenue de sport avec chaussures de volley, chaussettes, shorts et tee-shirts (plusieurs recharges...).
- *Pour l'extérieur* : Souliers, pantalon chaud, sweatshirt, veste imperméable (type K-way)
- *Pour l'intérieur* : Pantoufles, training, pyjama, pas de sac de couchage (literie fournie).
- *Affaires de toilette* : Linge, savon, brosse à dents, peigne (...).
- *Rechanges* : Chaussettes, sous-vêtements, chemises, pulls, pantalons.
- *Pour la piscine* : Maillot de bain, linge de bain.

### Organisation:

- L'organisation n'est pas responsable des pertes (portables, I-POD, I-phones, MP3, ...) ou disparitions d'argent et de matériel. Veuillez prendre un minimum d'argent.
- Vous devez **posséder une assurance maladie et accident**.
- Pour les soirées, vous pouvez préparer dès maintenant vos productions (jeux, sketches etc.). Les instruments de musique sont les bienvenus. Les musiques que vous aimez aussi.

Pour terminer, nous tenons à vous rappeler que notre société n'a aucun but lucratif. Tous les moniteurs sont bénévoles. Pour cette raison, nous allons demander aux enfants de participer aux tâches quotidiennes, telles que rangements, nettoyages, etc.

Nous comptons sur une tenue correcte des participants, spécialement dans les lieux publics.

### Nos objectifs:

- Sportifs : approfondir les systèmes de jeu en vigueur dans chaque équipe, acquérir les gestes techniques complexes
- Préparer les championnats suisses pour tous ceux qui se sont qualifiés
- Progresser par rapport au niveau de chacun.
- Faire de ce camp, "un camp d'amitié", où chacun se respecte.

**Il est interdit de fumer et de consommer des boissons alcoolisées (selon les directives Jeunesse et Sports).**

**Nous vous demandons de respecter les horaires du coucher et du lever. Un joueur ou une joueuse qui présenterait des signes de fatigue en raison du manque de sommeil sera écarté-e des entraînements.**

#### **HORAIRE**

07.30	Lever
08.00	Déjeuner
09.00 à 12.00	Entraînements (avec pause), piscine ou autre activité
12.30	Dîner
14.00 à 18.00	Entraînements (avec pause), piscine ou autre activité
19.30	Souper
20.30	Soirée (vidéo, jeux)
21.45	Fin des animations
22.30	Extinction des feux.

**La participation aux cours de volley est obligatoire.**

**Prix:** **Fr. 250.- pour les membres VJGS, 350.- pour les non-membres.**  
Pension complète, logement et transport compris.

Volley Jeunesse Genève Sud

Camp de volley J+S

GENEVE

C.C.P. 17-136511-1

A bientôt, en pleine forme.

#### **Pour tout renseignement :**

Eddy SCHIFFER

☎ 079 660 89 10

Mailto : [eduardo.schiffer@gmail.com](mailto:eduardo.schiffer@gmail.com)

Eric METRAL

☎ 079 446 26 73

Mailto : [eric@vjgs.ch](mailto:eric@vjgs.ch)

Quentin METRAL

☎ 078 776 18 71

Mailto: [info@vjgs.ch](mailto:info@vjgs.ch)

#### **Encadrement (10 adultes):**

- Eduardo Schiffer (Entraîneur TB), référent garçons
- Eric Métral (Entraîneur TC), référent filles
- Didier Chavaz (Entraîneur T), M13 garçons
- Audrey Métral, (Entraîneur T), M17c filles
- Daniela Moreno, joueuse de la F1, M17c filles
- Sophie Bleich, (Entraîneur T), joueuse de la F1, M17b filles
- 2 à 4 autres monitrices et moniteurs à confirmer

#### **Coordinnées du centre sportif :**

Centre Sportif de la Vallée de Joux

1347 Le Sentier

☎ 021 845 17 76

[www.centresportif.ch](http://www.centresportif.ch)