



CURSILLOS DE RUGBY DE VERANO EN FRANCIA

Edición 2025



		100% RUGBY			RUGBY & SURF		RUGBY & GOLF		Rugby & Francés
		Mañanas	Media pensión	Pensión completa	Media pensión	Pensión completa	Media pensión	Pensión completa	OPCIÓN
AÑOS DE NACIMIENTO	2008 à 2009	SOLO del 21 al 25 de julio de 2025			X		X		Solo 12 plazas semanas del 14 al 18 de julio
	2010 à 2014	✓	✓	✓	✓	✓	SOLO del 07 al 11 de julio de 2025		
TARIFAS		190€	380€	650€	545€	810€	595€	860€	150€

Pensión completa : posibilidad de llegada el domingo por la tarde con un suplemento de 60€

CURSILLOS CERTIFICADOS POR EL MINISTERIO NACIONAL DE DEPORTES FRANCÉS

100% RUGBY

16 a 17 años



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00 - 9:45	Acogida: inicio y presentación del cursillo	Llegada de los participantes			
10:00 - 12:00		RUGBY Psicomotricidad y técnica individual	RUGBY Técnica individual	RUGBY Técnica individual	BEACH RUGBY Oposición beach
	RUGBY tests	Beach RUGBY Técnica individual			
12:15 - 13:15	Comida				
13:15 - 14:15	Nutrición: preparación bebida isotónica	Dopaje + preparación física	Descanso	Iniciación primeros auxilios	Descanso
14:15 - 16:45	RUGBY Lectura del juego	RUGBY Lectura del juego/Juego al puesto	RUGBY Lectura del juego/Juego al puesto	Iniciación SURF o PADDLE SURF	RUGBY & JUEGOS VASCOS
16:45 - 17:00	Descanso & merienda				Coloquio de fin de cursillo
17:00 - 17:30	Despedida de los participantes				(Padres invitados)



21 al 25 de julio



Chicas & chicos
Nacidos entre 2008 y 2009

	DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8:00 - 9:00		Levantarse & desayuno				
9:00		Traslado hacia el centro de entrenamiento				
9:00 - 9:45		Acogida: inicio y presentación del cursillo	Llegada de los participantes			
10:00 - 12:00		RUGBY tests	RUGBY Psicomotricidad y técnica individual	RUGBY Técnica individual	RUGBY Técnica individual	BEACH RUGBY Oposición beach
			Beach RUGBY Técnica individual			
12:15 - 13:15		Comida				
13:15 - 14:15		Nutrición: preparación bebida isotónica	Dopaje + preparación física	Descanso	Iniciación primeros auxilios	Descanso
14:15 - 16:45		RUGBY Lectura del juego	RUGBY Lectura del juego/Juego al puesto	RUGBY Lectura del juego/Juego al puesto	Iniciación SURF o PADDLE SURF	RUGBY & JUEGOS VASCOS
16:45 - 17:00		Descanso & merienda				
17:00 - 17:30		Traslado hacia el alojamiento				
17:30 - 18:30		Descanso & ducha				
18:30 - 19:30	Acogida internos*	Animaciones y/o multiactividades (petanca, badminton, volleyball, ...)				
19:30 - 20:30		Cena				
20:30 - 22:00	Velada libre	Velada videos	Velada deporte	Velada lúdica	Velada actuaciones	
22:00 - 22:30		Descanso				



21 al 25 de julio



Chicas & chicos
Nacidos entre 2008 y 2009

*Llegada el domingo por la tarde opcional

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00 - 9:45	Acogida: inicio y presentación del cursillo	Llegada de los participantes			
10:00 - 12:00		RUGBY Psicomotricidad y técnica individual	RUGBY Técnica individual	RUGBY Técnica individual	BEACH RUGBY Oposición
		BEACH RUGBY Técnica individual			
12:00 - 12:15	Despedida de los cursillistas				



21 al 25 de julio



Chicas & chicos
Nacidos entre 2008 y 2009



Más informaciones:
www.izaki-sports-academy.com

