



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

RUGBY & SURF



	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	RUGBY BEACH 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	SURF o PADDLE SURF	SURF o PADDLE SURF	SURF o PADDLE SURF	RUGBY Lectura del juego/Juego colectivo por niveles y/o MULTIDEPORTES	SURF o PADDLE SURF
16:45 - 17:00	Descanso & merienda				Coloquio de fin de cursillo
17:00 - 17:30	Despedida de los participantes				(Padres invitados)



07 au 11 de julio
 14 au 18 de julio
 21 au 25 de julio
 28/07 al 01/08



Chicas & chicos
 Nacidos entre 2008 y 2014

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 Psicomotricidad y técnica individual	RUGBY Técnica individual	RUGBY Técnica individual	BEACH RUGBY Oposición beach
	RUGBY tests	RUGBY BEACH 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	SURF o PADDLE SURF	SURF o PADDLE SURF	SURF o PADDLE SURF	RUGBY Lectura del juego/Juego colectivo por niveles y/o MULTIDEPORTE	SURF o PADDLE SURF
16:45 - 17:00	Descanso & merienda				Coloquio de fin de cursillo (Padres invitados)
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 festiva
22:00 - 22:30	Descanso				



07 au 11 de julio
 14 au 18 de julio
 21 au 25 de julio
 28/07 al 01/08



Chicas & chicos
 Nacidos entre 2008 y 2014

*Llegada el domingo por la tarde opcional



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

