

## UNE **FORMATION** COMPLEMENTAIRE AU CLUB

LE CRE est un lieu où l'on vient rechercher le progrès à long terme, où l'on change ses habitudes d'entraînement et où l'on accepte la concurrence, l'effort physique, le challenge. La quantité d'entraînement, l'intensité et les objectifs de travail à long terme permettent de ressentir le plaisir de se dépasser.

- JUSQU'À 20 JOURS / AN, EN M15 ET M17
- AU CENTRE SPORTIF D'HOULGATE (14)
- SUR CONVOCAION APRES DETECTION



## UNE **COMPETITION** NATIONALE INOUBIABLE

Les Volleyades rassemblent pendant 3 jours les sélections régionales métropolitaines et ultramarines, avec certains joueurs et joueuses qui seront un jour en Equipe de France !

- LA PLUS GROSSE COMPETITION FRANÇAISE
- LES MEILLEUR(E)S D'UNE GENERATION
- LA FIERTE DE REPRESENTER LA NORMANDIE

## UN **ENTRAÎNEMENT** AVEC DES COACHS PROFESSIONNELS

L'encadrement diplômé FFVOLLEY est constitué d'entraîneur(e)s confirmé(e)s, ayant fait le choix du volley-ball comme métier et comme mode de vie. Accompagné(e)s par de jeunes encadrant(e)s en formation, ils sont exigeants tout en ayant la fibre de la formation et le désir de transmettre des valeurs fortes.

- DES SPECIALISTES DE LA FORMATION
- L'EXPERTISE ET L'EXPERIENCE M15 M17
- UNE DISPONIBILITE PERMANENTE



STAGES

# SAISON 2019-2020

**M15** 21-23 OCTOBRE 2019 ~99€  
28-30 DECEMBRE 2019 ~99€  
17-19 FEVRIER 2020 ~99€  
21 MARS 2020 ~33€  
28 MARS 2020 ~33€  
14-17 AVRIL 2020 ~180€\*  
(\*PARTICIPATION VOLLEYADES INCLUSE)

21-23 OCTOBRE 2019 ~99€ **M17**  
28-30 DECEMBRE 2019 ~99€  
17-19 FEVRIER 2020 ~99€  
21 MARS 2020 ~33€  
14-17 AVRIL 2020 ~180€\*\*  
8 MAI 2020 ~33€  
(\*\*PARTICIPATION MAXIVOLLEYADES INCLUSE)



## CENTRE SPORTIF DE NORMANDIE

Route de la Vallée, 14510 HOULGATE  
Gymnases VIKINGS et COUBERTIN

CONTACT (LIGUE)

**02 50 01 95 18**

lnvb.commissions@gmail.com

ENVIE DE PARTICIPER AU CRE ?

IL FAUT UNE OU PLUSIEURS DE CES

## QUALITES

POUR INTEGRER LE CENTRE REGIONAL

### **Etre grand(e)**

(en masculin, M13:>1,80/M15:>1,85/ M17:>1,90  
en féminin, M13:>1,75/M15:>1,80/M17:>1,85)

### **OU avoir un bon niveau de jeu**

(être surclassé(e), être adroit(e), avoir un bon contrôle de balle, plusieurs années de pratique...)

### **OU avoir du caractère**

(être un(e) leader, aimer avoir des responsabilités, aider les plus faibles, organiser et rassembler..)

### **OU avoir le goût de l'effort physique**

(ne pas rechigner, vouloir devenir plus fort(e))

**L'ENTRAÎNEUR DU CLUB EST LA PERSONNE  
QUI PROPOSE UNE CANDIDATURE AU CRE  
PAR EMAIL OU APPEL A LA LIGUE REGIONALE**

PLUS DE RENSEIGNEMENTS:

<https://www.volleyballnormand.fr/se-former/cre/>

ou SCANNEZ LE QR CODE:



FFvolley



LIGUE DE NORMANDIE

# C.R.E.

# CENTRE REGIONAL D'ENTRAINEMENT