



## L'école de volley du Volley Ball de l'Arve

- **Entraînements** : *excepté en période de vacances scolaires*
  - **Le mardi de 18h00 à 20h00**
    - Ouvert à tous
    - Objectifs : développer la motricité, acquérir les premiers gestes techniques du volley, développer l'esprit d'équipe.
  - **Le vendredi de 20h00 à 22h00**
    - Ouvert aux jeunes engagés en compétition
    - Objectifs : Approfondir les compétences techniques, développer le jeu en équipe.
  - **Le lundi de 20h00 à 22h00**
    - Ouvert aux jeunes engagés en compétition (sélection faites par les coaches)
    - Jeu avec la section compétition adulte FSGT
    - Objectifs : Progresser en jouant aux côtés des adultes
- **Sections** : débutant et perfectionnement jusqu'à 21 ans
- **Catégories** : M13, M15, M18, M21
- **Entraîneurs référents** : Charlotte (07.88.11.37.59) / Etienne KEOHAVONG (06.75.30.50.28)
- **Age minimum** : 12 ans
- **Tarif de la licence** : 100 €
  - Réduction de 30 € avec la carte pass' région et 50€ avec le pass'sport
  - Mois de septembre = mois de découverte (faites découvrir à vos amis !)
- **Règles à respecter aux entraînements** :
  - Être à l'heure au démarrage de l'entraînement (ouverture du gymnase à 18h00)
  - Être en tenue au démarrage de l'entraînement :
    - **Paire de basket spéciale gymnase** (no marking)
    - **Tenue de sport** (t-shirt et short ou jogging)
    - Gourde
    - Cheveux attachés
    - **Pas de bijoux** (bracelets, montre, collier, bagues, boucles d'oreille).
  - Participer à l'installation des équipements (à partir de 18h05) et au rangement si nécessaire



➤ **Format compétition pour les jeunes motivés (facultatif) :**

- Championnat 4x4 :
  - Organisé en Haute Savoie et Savoie sur des dimanches de 9h à 14h
  - Classement bi départemental ouvrant les portes aux finales régionales
  - Catégorie masculine et féminine en M13, M15, M18 ou M21, prêt à s'engager pour la saison
  - Dates : 5 à 7 dimanches puis qualification finales régionales
  
- Championnat 6x6 :
  - Organisées en Haute Savoie et Savoie sur des dimanches de 9h à 14h,
  - Classement bi départemental ouvrant les portes aux finales régionales
  - Catégorie : Equipes possiblement mixte et multi-catégories, prêt à s'engager pour la saison
  - Dates : 4 à 5 dimanches puis qualifications finales régionales

Tous les entrainements ont lieu au **Gymnase du Lycée Charles Poncet** Rue BALLALOU à CLUSES