

# ***STAGES*** by



**STAGES 2021**





# LES STAGES

## OBJECTIFS DES STAGES

Ces stages permettent le perfectionnement et l'acquisition des différentes habilités techniques, aussi bien individuelles que collectives, propres à l'âge de la pratique. Pour apporter à chaque stagiaire un maximum de possibilités de progression, nous mettons en place :

- des groupes homogènes de travail constitués en fonction de l'âge
- un suivi personnel pour chaque joueur
- une fiche individuelle de stage, remise le jour de la clôture du stage. Elle consigne les compétences acquises et celles qu'il faudrait améliorer. Un axe de travail sera défini afin que le stagiaire sache dans quel domaine il doit travailler

## LES ACTIVITÉS EXTRA RUGBY

- Activités nautiques (bouée tractée, beach rugby)
- Visite des installations du MHR
- Paintball
- Autres activités variables en fonction des saisons

## ENCADREMENTS

Les responsables des stages :

- **Gaëlle Mignot**, joueuse de TOP 16 (70 sélections et ex-capitaine de l'équipe de France féminine à XV), spécialiste mêlée du MHR, titulaire du DE JEPS mention Rugby à XV

- **Stephen Lopez**, ancien joueur du Montpellier Rugby Club (MRC), actuel entraîneur des U12 du MRC, titulaire d'un BPJEPS Sport Pour Tous

Un encadrement permanent est assuré par :

- 1 directeur diplômé BAFD ou équivalent
- 1 responsable technique et des éducateurs diplômés (brevet d'état et diplômes fédéraux) dont des entraîneurs des équipes jeunes du Montpellier Rugby Club
- 3 animateurs (BAFA ou DEUG STAPS)
- 1 suivi médical (médecin, kinésithérapeutes) assuré en partie par le staff médical de l'équipe professionnelle



## STAGE U8-U12

---

Ces stages sont réservés aux petites catégories de l'école de rugby qui regroupent des enfants âgés de 7 à 11 ans.

Nous axons nos séances rugby sur des **habilités techniques individuelles** (comme le plaquage) et des repères collectifs.

Le matin est consacré au rugby avec 3 heures de pratique et l'après-midi laisse place aux activités extra-rugby (sportives et/ou culturelles).

En nouveauté pour cet été, les enfants U12 nés en 2010 et 2011 pourront profiter d'un **entraînement quotidien supplémentaire** et découvrir la pension complète.

## STAGE ÉLITE

---

Le stage Élite propose une approche individualisée très intense se rapprochant de la semaine d'un joueur professionnel et permettant **d'évaluer** grâce à une batterie de tests, son niveau par rapport aux **standards internationaux**.

## STAGE FÉMININ

---

Le stage au féminin, dirigé par Gaëlle Mignot, permettra à toutes les **joueuses confirmées** ou **débutantes** de développer des bases techniques solides.

## STAGE U12-U18

---

Ces stages sont réservés aux catégories dites "de compétition" qui regroupent les jeunes de 12 à 18 ans.

Pour les U14, nous commencerons à **différencier les avants des trois-quarts**, afin de voir des situations propres à chacun (comme la mêlée).

Avec les U16, nous commencerons à approcher la spécialisation par poste et les différents rôles qui leur incombent en fonction de leurs positions sur le terrain.

## PENSIONS

---

### Stage U8-U12

Demi-pension exclusivement

### Stage U12

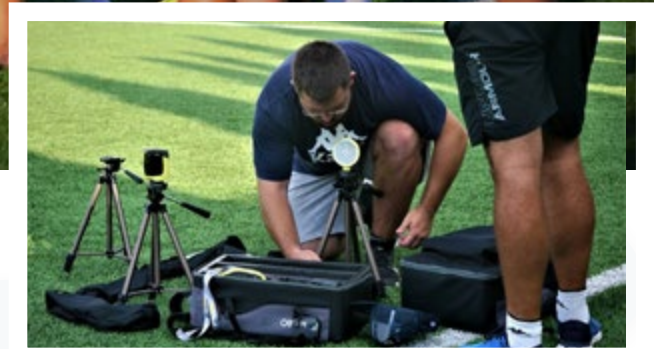
Pension complète possible en été

### Stage U12-U18

Demi-pension ou pension complète

### Stage Élite

Pension complète exclusivement



# LES INSTALLATIONS

## HÉBERGEMENT

Les stagiaires **logeront** au sein du **centre de formation**, immeuble consacré à l'émergence des futurs talents du MHR qu'ils croiseront au quotidien. Le premier étage, totalement **sécurisé** à l'aide des empreintes digitales des éducateurs, leur sera consacré.

Les stagiaires bénéficieront de repas équilibrés et sportifs qu'ils partageront à **la brasserie du stade, le M by MHR**. Les repas seront préparés sur place par un **traiteur**.

## ÉQUIPEMENTS

Salle d'animation et de détente, TV disponible (chaînes sportives), tennis de table, baby-foot mais aussi pétanque, badminton, tennis-ballon...

Équipement **sportif** :

- 2 terrains synthétiques
- 1 salle de musculation
- 1 salle de combat
- 1 salle omnisport
- Des vestiaires dédiés
- 1 salle de réunion
- 3 jougs

# LES DATES DES STAGES

## STAGES U8-U12

Catégorie d'âge	Types de stage	Année de naissance	Dates
U8-U12	Mixte	2009 - 2013	du 22/02/2021 au 26/02/2021
U8-U12	Mixte	2009 - 2014	du 26/04/2021 au 30/04/2021
U8-U12	Mixte	2010 - 2014	du 12/07/2021 au 16/07/2021
U8-U12	Mixte	2010 - 2014	du 16/08/2021 au 20/08/2021

- Tarif à la semaine (5 jours) : ..... 225 €      ► Tarif à la journée : ..... 48 €  
 ► Tarif fidélité à la semaine (5 jours) : ..... -10 %

## STAGES U12-U18

Catégorie d'âge	Types de stage	Année de naissance	Dates
U14	Mixte	2008 - 2009 (garçons) 2007 - 2009 (filles)	du 04/07/2021 au 10/07/2021
<b>NOUVEAU</b> U12	Mixte	2010 - 2011	du 11/07/2021 au 17/07/2021
U16	Masculin	2006 - 2007	du 18/07/2021 au 24/07/2021
U18	Élite masculin	2004 - 2006	du 25/07/2021 au 31/07/2021
U16	Masculin	2006 - 2007	du 01/08/2021 au 07/08/2021
U14	Mixte	2008 - 2009 (garçons) 2007 - 2009 (filles)	du 08/08/2021 au 14/08/2021
U18	Féminin	2004 - 2006	du 15/08/2021 au 21/08/2021
<b>NOUVEAU</b> U12	Mixte	2010 - 2011	du 15/08/2021 au 21/08/2021

### ► Tarif U12 à U18

Demi-pension : ..... 370 €  
 Pension complète : ..... 580 €

### ► Tarif "Élite"

Pension complète : ..... 720 €

### ► OPTIONS SUPPLÉMENTAIRES

Arrivée le samedi soir après 18H00 (repas et hébergement compris) : ..... 130 €  
 Arrivée le dimanche avant 14H00 (repas compris) : ..... 50 €  
 Départ le samedi entre 10H00 et 14H00 (repas compris) : ..... 50 €  
 Départ le samedi entre 14H00 et 16H00 (repas et collation compris) : ..... 80 €



# MODALITÉS D'INSCRIPTION

## MODALITÉS D'ACCUEIL

Catégorie d'âge	Arrivée	Départ
U8-U12	Tous les jours à partir de 8H30	Tous les jours à partir de 16H30
U12-U18	Le dimanche de 14H à 16H	Le samedi de 8H à 10H ou le vendredi à 19H

## INSCRIPTION

Chaque stagiaire devra s'inscrire sur la plateforme Comiti :

<https://stagesbymhr.comiti-sport.fr>

Différentes modalités de paiement s'offre à vous :

- Chèque à l'attention de SA MRC
- Virement bancaire
- Carte bancaire (3 fois sans frais possible)

Les conditions d'inscription et les modalités varient pour les stages des U8 à U12 et pour les stages des U12 à U18 (voir annexe "Conditions générales d'inscription").

# PIÈCES JUSTIFICATIVES À FOURNIR

---

## POUR LES U8-U12

- Le test préalable à la pratique des activités aquatiques et nautiques ou son équivalent (sauf pour les anciens stagiaires), à télécharger sur [le site du MHR](#) ou sur la plateforme Comiti
- Le formulaire "fiche sanitaire de liaison" signé à télécharger sur le [site du MHR](#) ou sur la [plateforme Comiti](#)

Toutes ces pièces justificatives sont à retourner par mail uniquement à [stagesbymhr@montpellier-rugby.com](mailto:stagesbymhr@montpellier-rugby.com) pour valider l'inscription, au plus tard **dix (10) jours** avant le début du stage.

## POUR LES U12-U18

- Une photo récente
- La photocopie recto/verso de la carte d'identité du stagiaire
- La photocopie de la licence en cours ou son équivalent
- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du rugby en compétition daté de moins de trois mois
- Le test préalable à la pratique des activités aquatiques et nautiques ou son équivalent (sauf pour les anciens stagiaires), à télécharger sur le [site du MHR](#) ou sur la [plateforme Comiti](#)
- La photocopie de l'attestation de droits de la sécurité sociale (ou son équivalent pour les étrangers)
- L'attestation de Responsabilité Civile Individuelle. Si vous n'en avez pas, vous avez la possibilité d'en souscrire une auprès de notre assurance en contactant par mail Monsieur John GRIGY : [john.grigy@allianz.fr](mailto:john.grigy@allianz.fr)
- Une garantie Assurance Rapatriement pour tout stagiaire ne résidant pas en France. Pour cela, vous pouvez également contacter notre assurance par mail Monsieur John GRIGY : [john.grigy@allianz.fr](mailto:john.grigy@allianz.fr)
- Le formulaire "fiche sanitaire de liaison" signé, à télécharger sur le [site du MHR](#) ou sur la [plateforme Comiti](#)
- Le règlement intérieur signé par le stagiaire et son responsable légal

Toutes ces pièces justificatives sont à retourner par mail uniquement à [stagesbymhr@montpellier-rugby.com](mailto:stagesbymhr@montpellier-rugby.com) pour valider l'inscription, au plus tard **vingt-et-un (21) jours** avant le début du stage.



## ADRESSE

**STAGES BY MHR**  
Complexe Yves du Manoir  
500 avenue de Vanières  
34070 Montpellier

## CONTACTS

**Célia FERRERO**  
Directrice des Stages by MHR  
[stagesbymhr@montpellier-rugby.com](mailto:stagesbymhr@montpellier-rugby.com)  
+33 (0)6 81 30 75 34