



CAMP DE RUGBY DE LA COTE 6 au 10 juillet 2020

Nyon Rugby Club

Objectif du camp rugby 2020 :

Catégories moins de 10 ans : " Camp initiation"
Initiation et découverte de la balle ovale, jeux de rugby

Catégories moins de 12 ans et moins de 14 ans : "Camp de développement"
Développement des qualités requises pour jouer au rugby, technique individuelle et lecture du jeu.

Catégories moins de 16 ans et moins de 18 ans : "Camp de perfectionnement"
Développement de la technique de ligne et technique individuelle spécifique au poste du joueur de rugby.

Catégories moins de 14 ans filles et moins de 18 ans filles : "Camp de rugby seven"
Développement des qualités requises pour jouer au rugby a 7, technique individuelle et techniques spécifiques du jeu a 7

Durée du camp : du lundi 6 juillet au vendredi 10 juillet 2020
La prise en charge des participants se fera à partir de 9h00 du matin et jusqu'à 18h, avec repas du midi et collation.

Nombre de participants au camp de développement M8 : 20

Nombre de participants au camp de développement M10 : 20

Nombre de participants au camp de développement M12 & M14 : 45

Nombre de participants au camp de perfectionnement M16 & M18 : 40

Nombre de participantes au camp de rugby seven filles M14 & M18 : 25

Encadrement sportif : Les participants seront encadrés par sept éducateurs diplômés Jeunesse et Sport, World Rugby, Swiss Olympic et compétents dans tous les domaines abordés lors de ce camp.

Repas du midi et collation : Les repas du midi sont organisés sur place au restaurant du centre sportif de Colovray. Les collations du matin et de l'après-midi sont organisées sous la tente de l'UEFA installée sur le terre plein central situé entre les terrains.



CAMPS DE RUGBY DE LA CÔTE



DU 6 AU 10 JUILLET 2020
CENTRE SPORTIF DE COLOVRAY
NYON

CAMP 7'S FILLES U14 À U18
CAMP D'INITIATION POUR U8 & U10
CAMP DE DEVELOPPEMENT U12 & U14
CAMP DE PERFECTIONNEMENT U16 & U18

PATRICE@NYONRUGBY.COM
CAMPS.NYONRUGBY.COM



PROGRAMME DU CAMP RUGBY 2020

Initiation : M8 & M10

Lundi	Matin	Présentation Jeu collectif de rugby Evaluation des niveaux des joueurs
	Ap midi	Jeux ludiques et découvertes des 1ères règles fondamentales Parcours moteur et manipulation de balle
Mardi	Matin	Accrobranche
	Ap midi	Jeux de mouvements Jeux de luttes et combat Technique de plaquage Parcours moteur et manipulation de balle
Mercredi	Matin	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle
	Ap midi	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle
Jeudi	Matin	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle
	Ap midi	Sortie bateau ou piscine de Nyon
Vendredi	Matin	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle
	Ap midi	Match dirigé



PROGRAMME DU CAMP RUGBY 2020

Développement : M12 et M14

Lundi	Matin	Présentation Jnt Evaluation des niveaux des joueurs
	Ap midi	Jeu de mouvement : Les utilisateurs Rôle du porteur de balle et des soutiens Parcours moteur et manipulation de balle
Mardi	Matin	Sortie Luge d'été
	Ap midi	Jeu de mouvement : Les opposants Organisation du premier rideau défensif Technique de plaquage Parcours moteur et manipulation de balle
Mercredi	Matin	Phase de fixation (Maul) utilisateurs et opposants La sécurité du joueur Attitudes au contact Parcours moteur et manipulation de balle
	Ap midi	Phase de fixation (Ruck) utilisateurs et opposants Attitudes au contact Parcours moteur et manipulation de balle
Jeudi	Matin	Relance et contre-attaque Jeu en collectif total Jeu en collectif réduit avant et trois-quarts séparés
	Ap midi	Piscine de Nyon
Vendredi	Matin	Technique de ligne et différents lancements de jeu Parcours moteur et manipulation de balle
	Ap midi	Match dirigé



PROGRAMME DU CAMP RUGBY 2019

Perfectionnement : M16 & M18

Lundi	Matin	Test Adaptation Anatomique Travail sur la posture du joueur et sécurité du joueur
	Ap midi	Technique de ligne avant et $\frac{3}{4}$ séparés
Mardi	Matin	Technique individuelle au poste
	Ap midi	Sortie Mountain Bike
Mercredi	Matin	Technique de ligne avant et $\frac{3}{4}$ séparés
	Ap midi	Technique individuelle au poste
Jeudi	Matin	Technique individuelle au poste
	Ap midi	Waterpolo ou piscine de Nyon
Vendredi	Matin	Technique individuelle au poste
	Ap midi	Technique de ligne avant et $\frac{3}{4}$ séparés



Infrastructure :

- 2 terrains en herbe au stade de Colovray
- 4 vestiaires

Responsables du projet « Camp de développement et perfectionnement rugby » :

Patrice PHILIPPE

Responsable Développement Rugby au Nyon Rugby Club

Diplôme Professionnel Entraîneur Swiss Olympic Elite – Brevet Swiss Olympic (condition physique) - Expert J&S rugby – Expert Sport des enfants – Moniteur

Rugby Sport des jeunes - Educator World Rugby (condition physique) – World Rugby niveau 2 Entraîneur Rugby

Mail : patrice@nyonrugby.com

Natel : 076 615 50 14

Josselin LAPIERRE

Responsable du mouvement junior Nyon Rugby Club

Brevet d'état 1er degré

Moniteur rugby J&S

Entraîneur 2 J&S

Moniteur sport des enfants

Entraîneur sport de performance