



# Rugby Summer Camp 2024

Lundi 1 au vendredi 5 juillet 2024

**Garçons et Filles**





## **Camp Initiation**

Moins de 8 ans (garçons et filles) 2018-2017

*"Initiation et découverte de la balle ovale, jeux de rugby"*

## **Camp Initiation et Développement**

Moins de 10 ans (garçons et filles) 2016-2015

*"Initiation et découverte de la balle ovale, Développement des qualités requises pour jouer au rugby"*

## **Camp de Développement**

Moins de 12 ans (garçons et filles) 2014-2013

*"Développement des qualités requises pour jouer au rugby, technique individuelle et lecture du jeu"*

## **Camp de Développement**

Moins de 14 ans (garçons) 2012-2011

*"Développement des qualités requises, Perfectionnement de la technique de ligne et technique individuelle"*

## **Camp de Perfectionnement Elite**

Moins de 16 ans (garçons) 2010-2009

Moins de 19 ans (garçons) 2008-2007-2006

*"Perfectionnement de la technique de ligne et technique individuelle spécifique au poste du joueur de rugby"*



## **Camp de rugby Seven's Filles**

Moins de 14 ans et Moins de 16 ans (filles) 2012-2011-2010-2009  
Moins de 19 ans (filles) 2008-2007-2006-2005

*"Développement des qualités requises pour jouer au rugby à 7, technique individuelle et techniques spécifiques du jeu à 7"*





**Durée des camps** : du lundi 1 juillet au vendredi 5 juillet 2024

**Horaires des Camps** : 9h à 17h30

Les camps commencent à 9h00 du matin jusqu'à 17h30 avec repas du midi et collation. La prise en charge des participants se fera à partir de 8h00 tous les matins pour accueillir les enfants dont les parents ne peuvent pas les déposer plus tard.

### **Petit déjeuner**

Nous offrons tous les matins le petit déjeuner "Oval Breakfast" à partir de 8h00 du matin pour les enfants qui le désirent. Un moment important pour bien commencer la journée et qui peut être effectué en famille. (Oval Breakfast est en supplément pour les parents ou adultes, 8 CHF/adulte)

### **Repas du midi**

Le repas du midi sera mis en place et servi par notre partenaire Kidelis sous la tente centrale du centre sportif de Colovray, une rotation entre les catégories est effectuée.

### **Collation Andros**

Notre partenaire Andros met à notre disposition de nombreux produits pour effectuer un goûter les après-midis. Goûter est composé d'une compote, jus de fruit, madeleine, tartine de pain avec confiture et fruits

### **Nombre de participants :**

- Initiation dans la catégorie Moins de 8 ans (garçons et filles) : 25
- Initiation et développement dans la catégorie Moins de 10 ans (garçons et filles) : 25
- Développement dans la catégorie Moins 12 ans (garçons et filles) : 25
- Développement et Perfectionnement dans la catégorie Moins de 14 ans (garçons et filles) : 25
- Rugby Seven filles dans la catégorie Moins 14 ans & Moins 16 ans (filles) : 20
- Rugby Seven filles Moins de 19 ans (filles) : 25
- Perfectionnement Elite dans la catégorie Moins 16 ans (garçons) : 25
- Perfectionnement Elite dans la catégorie Moins 19 ans (garçons) : 25

### **Encadrement sportif**

Les participants sont encadrés par dix-huit éducateurs diplômés Jeunesse et Sport, World Rugby



et Swiss Olympic.

Chaque catégorie comprend, deux coachs experts et un assistant coach.

### **Maillot de rugby de camp et kit de camp**

Une dotation de camp sera offerte à nos participants et comprendra un maillot de rugby et un tee-shirt du Rugby Summer Camp.

### **Navettes de la gare de Nyon au centre sportif de Colovray**

Deux minibus sont à disposition pour effectuer les voyages entre la gare et le centre sportif de Colovray le matin et le soir.

### **Tarif Rugby Summer Camp 2024**

Prix de la semaine du lundi 1 juillet 2023 au vendredi 5 juillet 2023

**300 CHF** pour le Rugby Summer Camp Initiation, Développement et Seven's Filles

**330 CHF** pour le Rugby Summer Camp Perfectionnement Elite

Le petit déjeuner ``Oval Breakfast`` est gratuit pour les participants, en supplément pour les adultes (8 CHF)

### **Les terrains d'entraînements :**

- Terrain 2 : Camp Développement et perfectionnement U14
- Terrain 3 : Camps Initiation et Développement U8 & U10
- Terrain 4 : Camp de Développement U12
- Terrain 7 : Camps de Perfectionnement Elite et Seven's Filles



*Route de Genève 37, 1260 Nyon*





## Programme Rugby Summer Camp Initiation Moins de 8 ans (filles et garçons)

<b>Lundi</b>	<i>Matin</i>	Présentation Jeux collectifs de rugby Evaluation des niveaux des joueurs
	<i>Après-midi</i>	Jeux ludiques et découvertes des premières règles Fondamentales Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Mardi</b>	<i>Matin</i>	Accrobranche
	<i>Après-midi</i>	Jeux de mouvements Jeux de luttes et combat Technique de plaquage Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Mercredi</b>	<i>Matin</i>	Parcours moteur et manipulation de balle Technique de plaquage Mouvement général (travail défensif) Jeux ludiques
	<i>Après-midi</i>	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle Mouvement général (travail défensif)
<b>Jeudi</b>	<i>Matin</i>	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle Mini-tournoi
	<i>Après-midi</i>	Piscine ou lac de Nyon
<b>Vendredi</b>	<i>Matin</i>	Préparation des équipes pour le match de L'après-midi
	<i>Après-midi</i>	Matches



## Programme Rugby Summer Camp Initiation et développement Moins de 10 ans (filles et garçons)

<b>Lundi</b>	<i>Matin</i>	<b>Présentation</b> Jeu collectif de rugby Evaluation des niveaux des joueurs
	<i>Après-midi</i>	Jeux ludiques et découvertes des premières règles Fondamentales Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Mardi</b>	<i>Matin</i>	Accrobranche
	<i>Après-midi</i>	Jeux de mouvements Jeux de luttes et combat Technique de plaquage Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Mercredi</b>	<i>Matin</i>	Parcours moteur et manipulation de balle Technique de plaquage Mouvement général (travail défensif) Jeux ludiques
	<i>Après-midi</i>	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle Mouvement général (travail défensif)
<b>Jeudi</b>	<i>Matin</i>	Jeux ludiques Parcours moteur et manipulation de balle Mini-tournoi
	<i>Après-midi</i>	Piscine ou lac de Nyon
<b>Vendredi</b>	<i>Matin</i>	Préparation des équipes pour le match de L'après-midi
	<i>Après-midi</i>	Matches



## Programme Rugby Summer Camp Développement Moins de 12 ans (filles et garçons)

<b>Lundi</b>	<i>Matin</i>	Présentation Jeu collectif de rugby Evaluation des niveaux des joueurs
	<i>Après-midi</i>	Jeu de mouvement : Les utilisateurs Rôle du porteur de balle et des soutiens Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Mardi</b>	<i>Matin</i>	Jeu de mouvement : Les opposants Organisation du premier rideau défensif Technique de plaquage
	<i>Après-midi</i>	Parcours moteur et manipulation de balle Accrobranche
<b>Mercredi</b>	<i>Matin</i>	Phase de fixation (Maul) utilisateurs et opposants La sécurité du joueur Attitudes au contact Parcours moteur et manipulation de balle
	<i>Après-midi</i>	Phase de fixation (Ruck) utilisateurs et opposants Attitudes au contact Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Jeudi</b>	<i>Matin</i>	Relance et contre-attaque Jeu en collectif total Jeu en collectif réduit avant et trois- quarts séparés
	<i>Après-midi</i>	Piscine ou lac de Nyon
<b>Vendredi</b>	<i>Matin</i>	Préparation des équipes pour le match de L'après-midi
	<i>Après-midi</i>	Matches



## Programme Rugby Summer Camp Développement Moins de 14 ans (filles et garçons)

<b>Lundi</b>	<i>Matin</i>	Présentation Jeu collectif de rugby Evaluation des niveaux des joueurs
	<i>Après-midi</i>	Jeu de mouvement : Les utilisateurs Rôle du porteur de balle et des soutiens Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Mardi</b>	<i>Matin</i>	Jeu de mouvement : Les opposants Organisation du premier rideau défensif Technique de plaquage
	<i>Après-midi</i>	Parcours moteur et manipulation de balle  Tyrolienne, Footgolf ou Tir à l'Arc
<b>Mercredi</b>	<i>Matin</i>	Phase de fixation (Maul) utilisateurs et opposants La sécurité du joueur Attitudes au contact Parcours moteur et manipulation de balle
	<i>Après-midi</i>	Phase de fixation (Ruck) utilisateurs et opposants Attitudes au contact Parcours moteur et manipulation de balle
<b>Jeudi</b>	<i>Matin</i>	Relance et contre-attaque Jeu en collectif total Jeu en collectif réduit avant et trois- quarts séparés
	<i>Après-midi</i>	Préparation match de l'après-midi
<b>Vendredi</b>	<i>Matin</i>	Matches
	<i>Après-midi</i>	



## Programme Rugby Summer Camp Seven Filles

### Moins de 15 ans moins de 19 ans

<b>Lundi</b>	<i>Matin</i>	Présentation Jeu collectif de rugby Evaluation des niveaux des joueuses
	<i>Après-midi</i>	Jeu de mouvement : Les utilisatrices : Rôle de la porteuse de balle et des soutiens Adaptation des formes de passes Parcours moteur et manipulation de balles
<b>Mardi</b>	<i>Matin</i>	Jeu de mouvement Les opposantes : Organisation défensive Rôle et communication Parcours moteur et manipulation de balle
	<i>Après-midi</i>	Tyrolienne, Footgolf ou Tir à l'Arc
<b>Mercredi</b>	<i>Matin</i>	Analyse espaces et décisions utilisatrices Opposantes Défense Large 1/1 Lift et renvoi Parcours moteur et manipulation de balle
	<i>Après-midi</i>	Parcours moteur et manipulation de balle Travail technique de passe
<b>Jeudi</b>	<i>Matin</i>	Jeu au pied Travail d'appuis
	<i>Après-midi</i>	Piscine ou lac de Nyon
<b>Vendredi</b>	<i>Matin</i>	Technique de ligne et différents lancements Adaptation de jeu Parcours moteur et manipulation de balle
	<i>Après-midi</i>	Matches Relance et contre-attaque





## Programme Camp de rugby de Perfectionnement Elite Moins de 16 ans

Présentation		
<b>Lundi</b>	<i>Matin</i>	<b>Evaluation des niveaux des joueurs</b>
	<i>Après-midi</i>	Avants : Les attitudes avant contact, au contact et après contact en attaque  Arrières : Technique de passe, le démarquage sans ballon (placement et déplacement dans les espaces)
<b>Mardi</b>	<i>Matin</i>	Avants : Les attitudes sur phases de ruck (Intervenant extérieur) Fabien Guillot, manager France M18  Arrières : Gestion des duels offensifs
	<i>Après-midi</i>	Avants : Gestion des duels offensifs  Arrières : Les attitudes sur phases de ruck (Intervenant extérieur) Fabien Guillot, manager France M18
<b>Mercredi</b>	<i>Matin</i>	Journée avec les joueurs professionnels Centre de formation Oyonnax Rugby
	<i>Après-midi</i>	Journée avec les joueurs professionnels Centre de formation Oyonnax Rugby
<b>Jeudi</b>	<i>Matin</i>	Arrières : Le jeu au pied  Avants : La prise d'information et pré-action avec la mise en place d'outils pour la prévention des commotions cérébrales (Intervenants extérieur) Gregory Marquet, Responsable de la Performance Neurovision Consulting



---

*Après-midi*

Arrières : La prise d'information et pré-action avec la mise en place d'outils pour la prévention des commotions cérébrales  
(Intervenants extérieur)

Avants : La touche  
(Intervenants extérieur)  
John Etheridge, Ancien International Irlandais

---

**Vendredi**

*Matin*

Préparation des équipes pour le match de l'après-midi

---

*Après-midi*

Matches



## Programme Camp de rugby de Perfectionnement Elite Moins de 19 ans

Présentation		
<b>Lundi</b>	<i>Matin</i>	<b>Evaluation des niveaux des joueurs</b>
	<i>Après-midi</i>	Avants : Les attitudes avant contact, au contact et après contact en attaque  Arrières : Technique de passe, le démarquage sans ballon (placement et déplacement dans les espaces)
<b>Mardi</b>	<i>Matin</i>	Avants : Les attitudes sur phases de ruck (Intervenant extérieur) Fabien Guillot, manager France M18  Arrières : Gestion des duels offensifs
	<i>Après-midi</i>	Avants : Gestion des duels offensifs Arrières : Les attitudes sur phases de ruck (Intervenant extérieur) Fabien Guillot, manager France M18
<b>Mercredi</b>	<i>Matin</i>	Journée avec les joueurs professionnels Centre de formation Oyonnax Rugby
	<i>Après-midi</i>	Journée avec les joueurs professionnels Centre de formation Oyonnax Rugby
<b>Jeudi</b>	<i>Matin</i>	Arrières : Le jeu au pied  Avants : La prise d'information et pré-action avec la mise en place d'outils pour la prévention des commotions cérébrales (Intervenants extérieur) Gregory Marquet, Responsable de la Performance Neurovision Consulting



---

*Après-midi*

Arrières : La prise d'information et pré-action avec  
la mise en place d'outils pour la prévention des  
commotions cérébrales  
(Intervenants extérieur)

Avants : La touche  
(Intervenants extérieur)  
John Etheridge, Ancien International  
Irlandais

---

**Vendredi**

*Matin*

Préparation des équipes pour le match de  
l'après-midi

---

*Après-midi*

Matches