



UNSS - mercredi 18 octobre

publié le 13/10/2017

Descriptif :

Au programme de ce mercredi 18 octobre, tout le monde en entraînement (rugby, handball/futsal et kayak) et sortie forme à Chasseneuil pour une rencontre de Fitness inter lycée et collège. lisez les infos et la suite (...)

RUGBY - HANDBALL/FUTSAL - KAYAK

entraînement toutes catégories

FIN à 15h00

Attention, plus de nouvelles inscriptions possibles en kayak. C'est complet !

FITNESS

rencontre à Chasseneuil sur le thème " EN FORME ?"

Ateliers de step, de renforcement musculaire avec élastiques, de cardio-boxe et de cardio-danse.

Ouvert à toutes et tous les licencié(e)s UNSS

RETOUR VERS 17h15 / 17h30

NOTEZ BIEN : mercredi 8 novembre

CROSS (course nature) autour des étangs de Roumazières.

Venez courir pour le plaisir ou la performance, pour être avec les copains, pour faire un footing, pour prendre l'air, pour être en forme, pour passer un bon moment, brefVENEZ !

Bravo aux rugbymen et rugbywomen de notre AS . Excellents débuts !! (photo ci-joint)

Portfolio

