



UNSS- mercredi 17 octobre

publié le 14/10/2018

Descriptif :

Au programme de ce 17 octobre, déplacement à Confolens pour les BG et MF du hand/futsal, déplacement à Chasseneuil pour le fitness/renfo musculaire, et entraînements pour le rugby et le kayak. Lisez bien les horaires et les lieux

HANDBALL/FUTSAL

matchs à Confolens pour les équipes de BG et MF

Départ du bus à 13h10

Retour vers 17h20

RENFO/STEP/RELAXATION

déplacement à Chasseneuil pour une rencontre collège/lycée autour des activités de la forme.

Départ du bus à 12h45

Retour vers 16h30

KAYAK

entraînement

Fin à 15h00

RUGBY

entraînement

Fin à 15h00

NOTEZ BIEN POUR TOUS

mercredi 7 novembre (rentrée), CROSS de district à Roumazières.

Venez vous essayer à la course nature autour de l'étang...ça monte, ça descend, c'est ça le cross !!

Aucun entrainement ce jour, tous les profs seront sur le pont pour encadrer et soutenir leurs équipes !