



## UNSS mercredi 2 octobre

---

### Descriptif :

Au programme de ce mercredi 2 octobre, matchs de rugby à Angoulême, entraînement de kayak ( complet - plus d'inscriptions ) et entraînement commun de handball/futsal/circuit training. Lisez bien les horaires dans la suite de l'article.

---

### RUGBY

matchs à Ma Campagne ( terrains annexes, derrière le gymnase Pierre de Coubertin)

Tous les joueurs et joueuses même débutants bienvenus.

Départ bus 12h30

Retour vers 17h30

**RAPPEL : le certificat médical est obligatoire pour le rugby ou la licence FFR en cours de validité.**

### KAYAK

entraînement

soit à Montbron soit à la Rochefoucauld

Fin à 15h00

**RAPPEL : fournir obligatoirement une attestation du savoir nager.**

### HANDBALL / FUTSAL / RENFO MUSCULAIRE

Entraînement toutes catégories, constitution des équipes pour un éventuel championnat

FIN à 15h00

RAPPEL : les trois activités sont proposées en même temps à la salle omnisports.

A charge pour les élèves de choisir le type de pratique qui les satisfait.

**NOTEZ BIEN : Les jours de matchs hand/futsal, il n'y aura pas de renforcement musculaire.**